MAISON PRIMAGO

CHILI SIN/CON CARNE

Ingrediënten voor 6 personen:

- 1 el olie
- 1 grote gesnipperde ui
- 2 geraspte tenen knoflook
- 1 tl Chilivlokken of cayennepeper
- 1 el komijn
- **1 kilo rundergehakt (optioneel)**
- 1 blik tomatenblokjes (400 gram)
- 250 ml runderbouillon (bij de vegetarische variant gebruik je groentebouillon)
- 1 tl gedroogde of 2 tl verse oregano
- 2 tl (palm)suiker
- 2 el tomatenpuree
- 1 klein blikje mais
- 1 rode puntpaprika in blokjes
- 1 blik rode kidneybonen (gespoeld en uitgelekt)
- zout en peper
- 2 takjes korander

Bereiding:

1. Verhit de olie in een pan en fruit de ui en de paprika op matig vuur in 5 minuten goudbruin. Voeg knoflook, Chili en komijn toe en fruit deze 1 minuut mee. Voeg het gehakt toe en roerbak het 5 minuten mee totdat het bruin wordt.
2. Roer de tomatenblokjes, bouillon en oregano erdoor en breng het aan de kook. Zet het vuur laag en laat het met de deksel op een kier 1 uur pruttelen. Roer af en toe en voeg beetje water toe als het te droog wordt.
3. Voeg de bonen, de mais en de tomatenpuree toe en breng het op smaak met de suiker, zout en peper. Laat alles nog 5 minuten doorkoken.
4. Serveer met bloemkoolrijst, gewone rijst of stokbrood.

Tip:
Heb je wat over? Deze basis is ook te gebruiken om taco's, empanadas of paprika's mee te vullen.