Chilli con carne

Počet porcí: 2
Doba přípravy: 60 minut
Bez lepku

Postup přípravy

Cibuli a česnek oloupeme. Cibuli nasekáme najemno, česnek nakrájíme na plátky. V hlubší pánvi rozehřejeme olej, vsypeme cibuli a osmažíme dozlatova. Přidáme česnek a ihned mleté maso, které jsme promíchali se směsí na mleté maso. Společně vše restujeme, dokud se maso nerozpadne na drobné kousky. Pak přidáme fazole s rajčaty. Krátce osmahneme a zalijeme vývarem. Podle chuti osolíme, okořeníme kořením a pepřem. Směs přikryjeme poklicí a za občasného míchání a podlévání dusíme.Zatím si očistíme chilli papričku s paprikou a nasekáme je najemno. Když jsou fazole a maso měkké, přidáme sekané papriky a krátce podusíme. Chilli con carne vydusíme do požadované konzistence.

Ingredience

- **Cibule volná** - 50 g
- **Paprika červená** - 50 g
- **Česnek** - 10 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Paprika červená chilli** - 5 g
- **Mleté maso hovězí** - 300 g
- **Fazole červené v sladkokyselém nálevu 420 g** - 100 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 2 g
- **Směs na mletá masa 30 g** - 4 g
- **Olej řepkový** - 10 g
- **Garam masala 25 g** - 4 g
- **Podravka rajčata krájená loupaná 400 g** - 50 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM
CELIATICA.CZ
VÁŠ SEZNAM ONLINE