

➤ **Hauptgericht: Chili CON carne**

Zubereitungszeit: ca. 1-1,5 Stunden

Karolinen: Herrschergeschlecht der westgermanischen Franken, ab ca. 750 n.Chr. , laut Wikipedia

Zutaten:

1 Zwiebel

1 Packung passierte Tomaten (normalerweise ca. 200g)

300-500g Hackfleisch

1 Dose rote Bohnen

1 Dose Süßmais (darauf achten, dass kein Zucker zugesetzt wurde!!)

1 TL Gemüsebrühe

3 – 20 scharfe Chilis, je nachdem wie scharf man es will, zu empfehlen seien hier die Sorten

- Rawit („Bird’s Eye“), geben ein kräftiges, pfeffriges Aroma oder
- Habañero, geben dem Chili eine süße, fruchtige Note, sind aber auch schärfer!

Muskatnuss gemahlen

Rosmarin

Nach Belieben Oregano oder Thymian, aber eher sparsam einsetzen!

Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und in einem Topf anbraten. Das Hackfleisch dazugeben und vollständig durchbraten (Hygiene!!), am besten den entstandenen Sud ab und zu abgießen, dann kommt später die Schärfe besser raus und das Fleisch schmeckt kräftiger. Die Chili-Schoten kleinschneiden, für maximalen Alarm alle Teile der Chili verwenden, auch die Kerngehäuse(!). Passierte Tomaten in einer Schüssel mit Wasser etwas verdünnen, Muskatnuss und Rosmarin (Oregano, Thymian usw.), Gemüsebrühe und die klein geschnittenen Chilis dazugeben und alles kräftig verrühren. So verteilt sich die Schärfe gleichmäßig und entfaltet sich maximal!

Anschließend alles zum Fleisch dazugeben und nochmals köcheln lassen. Dabei Mais und Bohnen zugeben und vorsichtig unterrühren. Garen bis es HEIß ist!

Dazu kann man Brot servieren Creme fraiche zum Unterrühren...

Feuer frei!