



## Chili con carne (ca. 8 Portionen)

### Zutaten:

Butterschmalz

750 g versch. Wurzelgemüse, z.B.

150 g Petersilienwurzel

300 g Karotten

150 g Pastinaken

150 g Sellerie

750 g Faschiertes (Rind oder mit Schwein gemischt)

2 – 3 Stk. Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

2 Flaschen Tomatenpassata (wenn mögl. Italienische)

Ev. Tomatenmark, Ketchup(flaschen)reste

2 kl. Gläser (Dosen) gekochte Maiskörner

2 kl. Gläser (Dosen) rote Nierenbohnen

Sonnentor italienische Gewürzmischung (oder Einzelkräuter wie Majoran, Oregano, Basilikum, Rosmarin; getrocknet)

Sonnentor „die Herzhafte“ Gewürzmischung

Paprikapulver süß gemahlen

Chili gemahlen (Schärfe nach Geschmack)

Salz



### Beilagen: gekochter Reis, Polenta

### Zubereitung (zwischen den Zutaten immer wieder umrühren):

F: heißer Topf

E: reichlich Butterschmalz

E: Faschiertes Fleisch anbraten

M: würfelig geschnittene Zwiebel begeben (wird süß > Erde)

M: Knoblauch pressen und beimengen

M: Majoran, Oregano, Basilikum bzw. ital. Gewürze beimengen

W: etwas salzen

H: Tomatenpassata, Tomatenmark

F: Paprikapulver, Chilipulver, Rosmarin begeben

E: kleingeschnittene oder geraspelte Wurzelgemüse begeben.

### etwa 45 min köcheln lassen (ev. auch länger)

E: Maiskörner beimengen

M: dann ev. nachwürzen (auch Pfeffer)

W: rote Nierenbohnen dazugeben und mit Salz abschmecken

H: mit Tomatenmark bzw. Resten aus Ketchupflasche bzw.

mit anderen Gewürzen (z.B. die HERZHAFTE GEWÜRZMISCHUNG – Sonnentor) abschmecken

Mit Reis oder Polenta genießen - GUTEN APPETIT!

Reste in saubere Schraubgläser füllen – im Kühlschrank gut 1 Woche haltbar – und schnell verfügbar zum Frühstück oder zum Mitnehmen in die Firma.