

Chili con carne



Chili con carne er en chiligryste med kjøttdeig. Passer for deg som liker det litt spicy!

1

Til servering

kokt ris, brød eller pitabrød, letrømme og frisk koriander.

2

Slik gjør du

Brun kjøttdeigen sammen med finhakket hvitløk og chili i litt olje. Hakk kjøttdeigen i små biter. Bruk en gaffel.

3

Tilsett resten og kok opp

Hell over tomatene og la det koke opp. Bland inn kidneybønner og hvite bønner. Skjær paprikaen i strimler og løken i tynne båter. Tilsett grønnsakene sammen med krydder, salt og pepper. La alt små koke i 15 min.

Vel bekomme, fra den norske bonden!

Ingredienser

Du trenger

Gilde kjøttdeig	400 g
Hvitløksfedd	3 stk
Rød Chili	1 stk
Olje	2 ss
Finhakkede tomater (boks)	1 boks
Kidneybønner	1 boks
Gul løk	2 stk
Grønn paprika	2 stk
Tørket oregano	1 ss
Salt & Pepper	

Allergener