

Chili con carne

Ingrédients : (Pour 4 personnes)

- 1 kg de paleron
- 1 pincée de cumin moulu
- 1 pincée de coriandre moulue
- 1 pincée de sucre semoule
- 2 c à s de curry ketchup
- 800 g de tomates concassées
- 1 c à c de sucre
- 200 g de maïs fraîchement cuit
- 1 l de bouillon de bœuf (fond brun)
- 400 g de haricots rouges en conserve
- 3 oignons
- 2 gousses d'ail
- 3 poivrons
- Oignons fanes
- 1 bouquet de coriandre fraîche
- 1 brin d'origan
- Huile d'olive
- Sel
- Poire du moulin



- Commencez par assaisonner le paleron avec du sel, du poivre, du cumin et de la coriandre moulue. Etalez ensuite le curry-ketchup sur la viande, versez le bouillon de bœuf et recouvrez d'un papier aluminium. Enfouissez à 180° pendant au moins 4 heures.
- Pendant ce temps, préparez une sauce tomate en faisant revenir l'oignon, les tomates concassées, ajoutez un peu de sucre, assaisonnez de sel, poivre et cumin et terminez par ajouter un peu de curry-ketchup.
- Dans une autre casserole, faites revenir les poivrons dans de l'huile d'olive avec de l'ail ciselé. Assaisonnez et versez le fond brun. Après quelques minutes, ajoutez les haricots rouges, un brin d'origan, et des oignons fanes.

Max
& VÉNUS