



## **Chili con carne** für 4 Personen

### **Zutaten**

2	große Zwiebeln
150 g	Sellerie
3 EL	Öl
400 g	Rinderhackfleisch
1	große Dose geschälte Tomaten
1	große Dose rote Bohnen
½ TL	Salz
2	Knoblauchzehen
1-2 EL	Chilipulver
ca 1 EL	Honig

### **Zubereitung**

Zwiebeln und Sellerie würfeln und im Fett anbraten. Das Hackfleisch zerzupfen und mitbraten. Mit der Hälfte der Tomatenflüssigkeit aufgießen. Tomaten hacken und zugeben, ebenso die Bohnen. Mit Salz, zerdrücktem Knoblauch und Chili würzen, ca. 30 Minuten köcheln lassen, evtl. noch etwas Tomatensaft nachgießen. Zum Schluss mit dem Honig abschmecken.

Tipp: Chili con carne kann gut am Vortag gekocht und im Kühlschrank aufbewahrt werden, es zieht dann noch etwas durch.

Rezept: Friedgard Schaper, Freunde des Fachzentrums Bienen, Veitshöchheim