



Les papilles d' **Udibri**



CHILLI CON CARNE



Temps de préparation
20 min



Temps de cuisson
25 min



Portions
4 personnes



Difficulté
Facile



Type de plat
Cuisine du monde



Type de recette
Recette salée

Ingrédients

- 450g d'haricots rouges cuits (ou 150g crus)
- 300g de viande hachée pur bœuf
- 200g de tomates concassées
- 2 1/2 poivrons
- 2 cas de concentrée de tomate
- 1 petit oignon
- 1 gousse ail
- 1 piment doux (facultatif)
- 1 cas d'huile
- paprika
- cumin
- épice chili
- sel
- poivre
- coriandre

Instructions

- Éplucher et émincer l'oignon, l'ail.
- Laver et couper en dés les poivrons et fendre en deux le piment.
- Faire revenir dans une cocotte avec un filet d'huile l'oignon et l'ail.
- Ajoutez le bœuf haché, les poivrons. Salez, poivrez. Continuez la cuisson 5 minutes à feu vif pour faire dorer le tout.
- Ajoutez les haricots rouges, la chair de tomate, les épices.
- Couvrez et laissez cuire à feu doux 20 à 25 minutes.
- A vos papilles !

NB : Pour les haricots secs, il faut les faire tremper dans de l'eau froide, la veille.

Egouttez et rincez les haricots. Versez-les dans une marmite d'eau froide et à partir de l'ébullition faites cuire pendant 40 minutes à feu doux. Réservez.

Si vous êtes pressé(e), cuire les haricots rouges à la cocotte-minute. Les mettre dans la cocotte, couvrir d'eau et faire cuire 25 à 30 minutes à partir du sifflement de la soupape,

