

Le Chili Con Carne

Ingrédients

Pour 5 personnes
500 g de viande de bœuf hachée
un peu d'huile d'olive
2 oignons
2 gousses d'ail (facultatif)
3 poivrons
1 boîte de tomates concassées, ou de coulis de tomates
1 grosse boîte de haricots rouges
Tabasco
du persil, des herbes de Provence
Riz

Préparation

1. Dans une sauteuse, un wok ou un fait-tout, faire cuire la viande en remuant pour séparer les gros grumeaux. Egoutter le jus et réserver à part.
2. Verser un peu d'huile d'olive dans le fond de la sauteuse et faire revenir les oignons émincés. Pendant ce temps, découper les poivrons en petits morceaux, puis les ajouter aux oignons. Enfin, incorporer les tomates.
3. Assaisonner les légumes avec l'ail haché, les herbes de Provence, un peu de Tabasco. Saler et poivrer.
4. Quand le mélange est presque cuit (15 minutes), ajouter la viande et les haricots rouges égouttés. Cuire encore quelques minutes, ajuster l'assaisonnement et ajouter le persil haché.

Accompagnement

Se sert accompagné de riz.
On peut aussi ajouter du gruyère râpé dans l'assiette.