

Le Chili Con Carne

Ingédients

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.