

Slowcooker: Chili Concarne

Porties: 4 • Niveau: Makkelijk • Categorie: Diner

Slowcooker: Chili Concarne is een recept uit de categorie Diner.

Ingrediënten

- **2** uien (gesnipperd)
- **3 tenen** knoflook (fijn gesneden)
- **500 gram** rundergehakt
- **1 theelepel** chilivlokken
- **1 theelepel** korianderpoeder
- **1 theelepel** oregano (gedroogd)
- **1 theelepel** cacaopoeder (ongezoet)
- **1 theelepel** kaneel
- **1 eetlepel** komijnpoeder
- **1 eetlepel** paprikapoeder
- **Blikje** tomatenblokjes
- **35 gram** tomatenpuree (blikje)
- **150 ml** runderbouillon
- **100 gram** kidney bonen (of meer)
- **200 gram** bruine bonen (of meer)
- boter of olie, zout, peper
- **2** paprika's in stukjes
- Rijst als bijgerecht

Bereidingswijze

- 1 Verhit wat olie of boter in een koekenpan en fruit het uitje en de knoflook even kort aan. Doe de kruiden erbij en bak ze even kort mee. Voeg het gehakt toe en rul deze mooi bruin.
- 2 Doe het gehaktmengsel in de slowcooker samen met de tomatenblokjes, tomatenpuree, water, runderbouillon blokje en naar smaak wat peper en zout. Meng alles goed door elkaar en zet de slowcooker voor 5 uur op 'low'.
- 3 Na 5 uur voeg je de kidneybonen, de bruine bonen en de paprika stukjes toe in de slowcooker en laat je alles nog een uurtje lekker doorwarmen.
- 4 Maak ondertussen de rijst klaar.

Toegevoegd door Matthieu