



Chili con carne

✂ Pour 4 portions ⌚ Temps de préparation : 10 min 🍳 Temps de cuisson : 40 min

Ingrédients

- 2 oignons moyens hachés
- 2 c. table (30 ml) huile
- 600 g boeuf haché
- 1 boîte de 28 oz (796 ml) tomates en dés, pulpe seulement (garder le jus pour un autre usage)
- 1 boîte de 19 oz (540 ml) haricots rouges, rincés et égouttés
- 1 poivron rouge, épépiné et haché
- 1 bouquet de coriandre haché
- 1 c. thé (5 ml) cumin moulu
- ½ c. thé (2 ml) piment de Cayenne
- sel

Préparation

- 1 Dans une casserole, faire revenir les oignons dans l'huile à feu moyen-vif pendant environ 4 min.
- 2 Ajouter le boeuf haché et cuire pendant 7 à 8 min sur feu moyen-vif en écrasant la viande à la fourchette. Ajouter le poivron, le cumin et le piment de Cayenne.
- 3 Mélanger pendant environ 1 min, puis ajouter la pulpe de tomate ; saler et laisser mijoter à couvert pendant 15 min.
- 4 Ajouter les haricots rouges. Poursuivre la cuisson pendant 10 min sans couvrir.
- 5 Garnir le tout de coriandre fraîche.



Façon Nouveau-Mexique

De la même façon que la précédente, mais en utilisant de la viande de boeuf coupée en dés, qui aura besoin d'une cuisson plus longue. On pourra utiliser d'autres variétés de haricots tels que les haricots pintos ou les haricots rouges kidney et épicer d'avantage, en ajoutant des piments verts ciselés en fin de cuisson. Présentez avec des tortillas, ou du riz si vous préférez.

Façon Texane

Avec de la viande hachée, mitonnée pendant 20 min avec des oignons, de l'ail, des chili beans ou des haricots rouges communs, de la sauce tomate, du cumin et des piments, plus ou moins forts. En fin de cuisson, vous pourrez ajouter 1 c. table de crème fraîche ou saupoudrer de fromage édam ou de la mimolette râpée. Présentez le plat avec un riz blanc.



Recette de l'Explorateur
Éric Courtade