


Chilli con carne

 NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME
> 30 min

 BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

K Plus crveni grah u konzervi (800g)
500 g mljevene junetine
200 g crvenog luka
3 režnja češnjaka
200 g mrkve
200 g K Plus kukuruza šećerca
1 stabljika celera
2 čili papričice
400 g K Plus sjeckane rajčice u konzervi
4 g mljevene crvene paprike
300 ml temeljca
80 ml K Plus maslinovog ulja
Sol
1 grančica svježeg peršina



U tavi dodajte 40 ml maslinovog ulja te lagano pirjajte sjeckani luk, mrkvu i celer.

U drugoj tavi, dodajte preostalih 40 ml maslinovog ulja te karamelizirajte meso koje ste prethodno posolili.

Zatim, prebacite pirjano povrće u tavu s mesom, dodajte sitno sjeckani češnjak, nekoliko koluta ljute chilli papričice i mljevenu papriku te sve skupa promiješajte i pirjajte još 5 minuta.

Dodajte još sjeckanu rajčicu, te kuhajte 10-tak minuta i zalijte temeljcem. U istu tavu dodajte prethodno kuhani grah i kukuruz i nastavite kuhati na laganoj vatri 20 minuta.

Za kraj pospire crvenim papričicama i rezanim listićima peršina.

Dobar tek!

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici

