

## Chili con carne



### SWEETANDCHILI



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>mięso mielone wołowe</b>	500 g
<b>pomidory krojone z puszki</b>	200 g
<b>pomidory</b>	2
<b>cebula</b>	2
<b>papryka czerwona</b>	1
<b>papryczka chili</b>	2
<b>kukurydza</b>	puszka
<b>czosnek</b>	3 ząbki
<b>sól</b>	do smaku
<b>Papryka słodka mielona Prymat</b>	do smaku
<b>cząber</b>	łyżeczka
<b>Kolendra cała Prymat</b>	łyżeczka
<b>cynamon</b>	1/3 łyżeczki
<b>cukier</b>	łyżeczka
<b>Kminek mielony Prymat</b>	1/2 łyżeczki

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso przyprawić solą i odrobiną słodkiej papryki. Rozgrzać w rondlu 2 łyżki oleju i wrzucić do niego mięso. Po dwóch minutach dodać pokrojoną w kostkę cebulę i podsmażyć razem, tak długo, aż się zeszkli, a "woda" z mięsa wyparuje. Dodać kumin, zmiążdżony lub drobno pokrojony czosnek pomidory z puszki oraz świeże pokrojone w kostkę i dusić przez ok. 10 minut. Dorzucić pokrojone w kosteczkę papryki - czerwoną, zieloną oraz chili - oraz pozostałe przyprawy. Dusić kolejne 10 minut. Następnie dorzucić kukurydzę i fasolę z puszki, wymieszać i zagotować. Ewentualnie doprawić solą do smaku i zagęścić łyżeczką mąki.

