

## Chili con Carne - Der ultimative Guide

VORBEREITEN

25  
Min.

ZUBEREITEN

100  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 6 Portionen

750 g Rinderhack  
 1 große Zwiebel  
 5 Knoblauchzehen  
 2 Esslöffel Kreuzkümmel  
 2 Esslöffel Oregano  
 1 Esslöffel Smoked Paprika Gewürz  
 1 Teelöffel Zimt  
 2 Teelöffel Salz (plus etwas mehr zum Abschmecken)  
 350 ml Rotwein  
 1 Karotte  
 500 ml Rinderbrühe  
 2 Teelöffel Zucker  
 600 g Kidneybohnen  
 400 g Mais  
 800 g Tomaten, gehackt  
 1 Esslöffel Tomatenmark  
 1 frische Jalapeno  
 3 Dutch Chilis  
 1/8 Habanero (oder 2 Thai Chilis)

Es gibt unzählige Rezepte für „das perfekte Chili con Carne“. In den USA gibt es sogar riesen Festivals und Wettbewerbe, bei denen das beste Chili der Welt gekürt wird. Ob mit Hackfleisch oder Teilstücken vom Rind wie

dem Rinderkamm, mit Bohnen und Mais oder ohne, scharf oder nicht scharf – das Schöne an Chili ist, dass du es immer so zubereiten kannst, wie du es am liebsten hast.

Man kann natürlich etwas Hackfleisch anbraten, eine Dose Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazugeben, alles mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen, kurz köcheln lassen und fertig ist das Ganze. Dagegen ist nichts einzuwenden, allerdings hat dieses Gericht so viel mehr zu bieten. Dafür musst du lediglich ein paar Tipps befolgen und etwas mehr Zeit investieren. Ich verspreche dir – es lohnt sich!

### Auf den Spuren des Originals

Da es so viele verschiedene Arten der Zubereitung gibt, bin ich diesen mal auf den Grund gegangen und habe sie für euch getestet. Bei meinen Recherchen fiel mir dabei auf, dass das, was wir hierzulande als „Chili con Carne“ kennen, nicht mehr viel mit dem ursprünglichen Gericht zu tun hat.

Das Original stammt aus Texas und wurde früher mit getrocknetem Rindfleisch, Rindernierenfett und getrockneten Chilis zubereitet. Dadurch war es lange haltbar und der hohe Fettanteil des Dörrfleischs nährte die Cowboys auf langen Reisen. Bei der Zubereitung standen immer die Chilis und das Fleisch im Fokus. Bohnen, Mais oder andere Beilagen hatten im Topf nichts zu suchen. So ist es auch noch heutzutage beim klassischen Texas-Chili, nur dass statt des Trockenfleischs frische Teilstücke aus dem Rinderkamm oder der Schulter verwendet werden. Charakteristisch für das original texanische Chili con Carne sind das intensive, vollmundige Aroma der Chilis sowie die zarte Textur des lang gegarten Rindfleischs.

### Was macht ein gutes Chili con Carne aus?

So lecker das Texas-Chili auch ist - wir lieben die Variante mit Bohnen, Mais und anderen extra Zutaten. Doch was

# Chili con Carne - Der ultimative Guide

zeichnet ein "perfektes Chili con Carne" eigentlich aus?

Es gibt eine Grundregel, die für gutes Chili garantiert: je länger die Garzeit, desto intensiver der Geschmack. Durch längere Kochzeit werden die Aromen voller und die Fleischtextur zarter.

- Wenn du es scharf magst, ist es wichtig, dass das Gericht eine gute, mehrdimensionale Schärfe entwickelt. Diese sollte aber nur so scharf sein, dass dir deine Geschmacksnerven erhalten bleiben und du die anderen Aromen noch schmecken kannst.
- Zu einem guten Chili con Carne gehört zartes, gut gebräuntes Fleisch mit leckeren Röstaromen, Chilinoten, die alle Chilikomponenten abdecken (dazu später mehr), Bohnen, die ihre Form nicht verlieren und schön cremig sind. Das Ganze sollte von einer dickflüssigen, deftig-würzigen, dunkelroten Sauce verbunden sein.

## Die Zutaten: Gewürze, Fleisch, Chilis und mehr

### Welche Gewürze und Aromen sind gut für dein Chili?

- **Kreuzkümmel** und **Oregano** stehen an vorderster Stelle. Ihr intensiver Eigengeschmack verleiht dem Eintopf das gewisse Extra – im Original und auch in der bei uns beliebten Variante des Chilis.
- **Sternanis**, **Zimt** und **Koriandersamen** tun deinem Chili auch nur Gutes. Ihr Aroma verstärkt das des Fleisches und trägt zu einem vollmundigen Geschmack bei.
- **Zartbitterschokolade** bildet ein harmonisches Gegenstück zur Schärfe der Chilis.
- **Kaffee** ist ebenfalls ein gutes Mittel, um noch mehr geschmackliche Tiefe ins Chili zu bringen. Sein Aroma verstärkt das der Tomaten sowie des Fleisches und sorgt für noch mehr Bumms im Geschmack.
- Extra-Tipp: Von fertig gemahlene Gewürzpulvern brauchst du meist eine große Menge, um eine gewisse Geschmacksintensität zu erzeugen. Ich empfehle dir,

deine Gewürze selbst zu verarbeiten. Getrocknete Oregano-Zweige, Kreuzkümmel- und Koriandersamen in einer Pfanne kurz rösten und dann in einem Mörser zermahlen. Du wirst merken, die Aromen sind viel intensiver als bei gekauftem Pulver und verleihen deinem Chili mehr Kraft.

### Welches Fleisch ist am besten geeignet?

Bei der Wahl des Fleisches scheiden sich die Geister bzw. die Geschmäcker: Hack oder Teilstücke vom Rind? In meinem Grundrezept habe ich mich für Hackfleisch entschieden, da es einfach viel schneller geht. Allerdings bin ich der Meinung, dass geschmortes Rindfleisch nicht zu schlagen ist. Am besten probierst du beide Varianten mal aus, dann wird sich zeigen, was künftig in dein perfektes Chili con Carne gehört.

### Hackfleisch

Der Vorteil ist, dass die Zubereitungsdauer um einige Stunden kürzer ist. Indem man aus Fleisch Gehacktes macht, verkürzt man die Fleischfasern. Das sorgt dafür, dass es viel schneller gar ist. Es ist jedoch recht schwierig, es wirklich kross anzubraten. Chili con Carne bereitet man meistens in einer großen Menge zu, sodass auch viel Hackfleisch angebraten werden muss.

Das im Fleisch gebundene Wasser tritt aus und anstatt zu braten köchelt das Gehackte in seiner eigenen Flüssigkeit vor sich hin. Da der Pfannen- oder Topfboden mit Wasser bedeckt ist, können keine Röstaromen entstehen. Du musst das Fleisch also so lang braten, bis die Flüssigkeit komplett verkocht ist und du es dann auf trockenem Topfboden kross braten kannst. Der Nachteil: dieser Vorgang dauert recht lang und dein Fleisch wird zäh.

**Tipp:** Beim Braten bekommt das Fleisch zwar ein super Aroma, verliert dabei jedoch an Wasser und wird trocken. Brate dein Hackfleisch daher portionsweise in kleinen Mengen. Sobald es schön kross und braun ist, nimm es aus dem Topf und stelle es beiseite. Verwende zum Braten auch nur die Hälfte deines Hacks. Später gibst du dann das gebratene sowie das rohe Fleisch zurück in den Topf. Das sorgt dafür, dass die Textur insgesamt zarter wird.

### Ganze Teilstücke vom Rind

# Chili con Carne - Der ultimative Guide

Wer kein Fan von bröseligem, leicht trockenem Hackfleisch ist, für den sind Teilstücke vom Rind genau das Richtige. Du solltest darauf achten, dass du Fleischstücke mit einem hohen Anteil an Bindegewebe und Fett verwendest, um den bestmöglichen Geschmack im Chili zu entwickeln. Am besten eignet sich ein Stück aus dem Rinderkamm (Rindernacken), aus der Schulter, der Hochrippe oder dem Unterschenkel. Der Unterschied zu Rindergehacktem: Es dauert ca. drei Mal so lang, bis es vollständig gegart ist. Solltest du die Zeit haben, lohnt sich der Aufwand allerdings! Durch eine Garzeit von mindestens zwei Stunden löst sich das Bindegewebe des Fleisches und zerfällt in einzelne Fasern, was deinem Chili con Carne eine schöne, sämige Textur verleiht.

**Tipp:** Am besten schneidest du das Teilstück in ca. 4 cm große Stücke. Um am Ende ein Chili mit wirklich zarter Textur zu erhalten, brate nur die Hälfte deines Fleisches an. Später gibst du dann die gebratenen zusammen mit den noch rohen Fleischstücken in den Topf zurück. So erhältst du die wichtigen Röstaromen, den Bratensatz *und* sehr zartes Fleisch.

## Chilis

Hierbei gilt eigentlich nur eins: gekauftes, herkömmliches Chilipulver ist nicht das, was ein perfektes Chili con Carne braucht. Du kannst es natürlich, wenn es mal was schneller gehen soll, verwenden. Du wirst den Unterschied aber schmecken, solltest du es einmal mit frischen Chilischoten zubereitet haben. Bei gekauftem Pulver achte auf besonders gute Qualität und vermeide Produkte, die viele Zusatzstoffe enthalten.

Die Aromen von fertigem Pulver sind nicht dieselben wie von frischen Chilis, die durch die Zubereitung ein besonderes Raucharoma bekommen. Daher kann ich dir nur empfehlen, ein bisschen mehr Zeit einzuplanen und deine eigene Chilipaste oder dein eigenes Pulver herzustellen.

In einem perfekten Chili con Carne sollten alle Geschmackskomponenten, die die verschiedenen Chiliarten zu bieten haben, enthalten sein:

- Frisch und süßlich: z.B. New Mexico, Choricero und Colorado
- Scharf: z.B. Habanero, Arbol und Pequin

- Rauchig: z.B. Jalapeno
- Fruchtig: z.B. Dutch Chili, Ancho oder Mulato

Es ist natürlich hier bei uns in Deutschland etwas schwierig, an all diese Chilisorten zu gelangen. Es gibt in gut sortierten Supermärkten oder in Feinkostläden Chilipulver zu kaufen, die eine Mischung aus genau diese Chilisorten enthalten.

Wenn du deine Chilipaste selber machst, reichen 2-3 Sorten vollkommen aus. Dazu halbierst und entkernst du die Chilis. Um sie zu trocknen gibst du sie in einer Auflaufform in den Ofen, so erhalten sie ein schönes, rauchiges Aroma. Wenn du ein Pulver herstellen möchtest, sollten die Chilis vollkommen ausgetrocknet sein, wenn du sie aus dem Ofen nimmst. Dann kleinschneiden und mit einem Mörser zu einem feinen Pulver zerkleinern. Um eine Paste herzustellen solltest du die Chilis nach der Zeit im Ofen kurz in Wasser oder Brühe köcheln, damit sie eine weichere Textur erhalten. Anschließend pürierst du sie zu einer feinen Paste.

**Tipp:** Bereite direkt eine größere Menge Chilipaste zu. Anschließend kannst du sie in Eiswürfelformen füllen und einfrieren. Dann hast du beim nächsten Kochen immer frisches Chiliaroma parat.

Wichtig ist, dass du Einmalhandschuhe trägst, während du mit den Chilis arbeitest. Besonders die Habanero Chili ist sehr scharf und nur leichtes Berühren sorgt für Brennen auf der Haut.

Was die Dosierung betrifft, gilt als Faustregel: 4 EL Chilipaste ersetzen 1 EL Chilipulver.

## Kidneybohnen und andere Komponenten

An Kidneybohnen aus der Dose ist nichts verkehrt. Sie behalten beim langen Einkochen ihre Form, sind gleichmäßig gegart und (meistens) schön cremig. Du kannst deine Bohnen aber auch selbst zubereiten. Dazu die kleinen Hülsenfrüchte in einer Schüssel mit ca. 6 EL Salz über Nacht (mind. 8 Stunden) einweichen.

Die Süße von Dosenmais verleiht dem Gericht einen schönen Kontrast zur Schärfe der Chilis. Ich würde mir jetzt nicht die Mühe machen, einen Maiskolben zu kochen und diesen dann in seine Kleinteile zu zerlegen. Ansonsten sind deiner Auswahl keine Grenzen gesetzt. Möhren,

# Chili con Carne - Der ultimative Guide

Paprika, Stangensellerie, Pastinaken – gib alles mit in den Topf, wonach dir gerade ist.

## Tipps & Tricks der Profiköche

Ich bin bei meiner Suche nach dem perfekten Chili con Carne auch auf ein paar bekannte Köche gestoßen, von denen ich einige Tipps für euch gesammelt habe.

**Frank Rosin** verwendet statt Dosentomaten frische Tomaten, die er komplett entkernt, damit sie das Chili nicht verwässern. In sein perfektes Chili gehören immer eine gute Portion gemischtes Hackfleisch, eine große Tasse schwarzen Filterkaffee, eine ganze Flasche Rotwein sowie Lorbeerblätter.

**Jamie Oliver** hingegen schwört darauf, ein fettdurchzogenes Nackenstück vom Rind zu verwenden. Er empfiehlt, es vorher nicht kleinzuschneiden, sondern im Ganzen von beiden Seiten kurz anzubraten. Er schneidet es lediglich von beiden Seiten leicht ein, sodass eine bessere Kruste entstehen kann. Das große Stück Fleisch gibt er dann zusammen mit allen anderen Zutaten in einen großen Bräter und lässt es 8 Stunden im Backofen schmoren. Das Fleisch zerfällt komplett und wird super zart. Vor dem Servieren zerteilt Jamie das Fleisch mit zwei Gabeln in seine einzelnen Fasern und entfernt überschüssige Fettstücke. **Tip:** Er verwendet eine Stange Zimt sowie Zitronenzesten und -saft. Dadurch schmeckt das Chili später besonders intensiv und frisch.

**Heston Blumenthal** bereitet sein Chili con Carne auf ziemlich unkonventionelle Weise zu. Ich würde sagen, dass es für Hobbyköche schwierig ist, es genau nach seiner Anleitung zuzubereiten, aber einige Tipps können durchaus nützlich sein:

Blumenthal verwendet Bourbon, der seinem Gericht den gewissen Geschmackskick verleiht. Auch Balsamicoessig gibt dem Chili ein besonders tiefes Aroma, da es perfekt mit den Tomaten harmoniert. Sein Geheimnis ist eine selbst kreierte Chilimischung aus 9 verschiedenen Chilisorten. Er kombiniert Hackfleisch mit fetthaltigen Querrippen vom Rind. Hierbei achtet er darauf, dass am Ende so wenig Wasser und überschüssiges Fett wie möglich im Chili ist. Das Hackfleisch lässt er z.B. nach dem Anbraten auf einem Stück Küchenpapier abtropfen. Sein Tipp: So lange schmoren, wie es nur irgendwie möglich ist. Dabei immer darauf achten, dass das Chili es

stetig unter dem Siedepunkt bleibt.

## Chili con Carne selber machen - Das Grundrezept

- 1 -

Chilis waschen, halbieren, entkernen und in einem Bräter 10-15 Minuten bei 200 °C in den Backofen geben.



- 2 -

Zwischendurch nachsehen, die Chilis sollten leicht braun werden, allerdings nicht verbrennen. Anschließend abkühlen lassen, fein hacken und in 200 ml Rinderbrühe 5 Minuten köcheln lassen. In einem Mixer geben und fein pürieren.



- 3 -

In einem großen Topf 1 EL Pflanzenöl erhitzen und  $\frac{1}{4}$  des Rinderhacks 5-8 Minuten stark anbraten, anschließen aus dem Topf in eine Schüssel geben und beiseite stellen.



## Chili con Carne - Der ultimative Guide

Diesen Vorgang nochmal mit  $\frac{1}{4}$  des Hackfleischs wiederholen.



- 4 -

Zwiebeln, Knoblauch sowie Karotten schälen und fein hacken. Erneut 1 EL Öl in dem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln 3-4 Minuten andünsten, bis sie glasig sind und sich der Bratensatz vom Hackfleisch etwas lösen lässt. Dann den Knoblauch, die Karotten und 1 EL Tomatenmark hinzugeben und 2-3 Minuten anbraten.

- 5 -

Mit Kreuzkümmel, Oregano, Paprika, Zimt, Zucker, Salz und Pfeffer würzen und unter Rühren 1 Minute kräftig anbraten. Das angebratene zusammen mit dem rohen Hackfleisch in den Topf geben, 1 Minute scharf anbraten, mit 250 ml Rotwein ablöschen und kurz aufkochen lassen. Anschließend 300 ml Rinderbrühe hinzugießen und erneut aufkochen lassen. Hitzezufuhr runterregeln und unter gelegentlichem Rühren 15 Minuten köcheln lassen.



- 6 -

Danach ca. 100 ml Chilipüree (je nachdem, wie scharf du es magst, mehr oder weniger), Dosentomaten, Kidneybohnen und den Mais dazugeben, alles gut vermengen und bei mittlerer Hitze weitere 45 Minuten einkochen lassen. Gelegentlich umrühren. Bevor du dein Chili servierst, schmecke es noch einmal ab und gib eventuell etwas Salz dazu.



Und fertig ist dein perfektes Chili con carne.

## Chili con Carne - Der ultimative Guide

