

Hähnchen-Chorizo-Chili für den schnellen Hunger

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

3 Esslöffel Olivenöl
 1 Zwiebel
 2 Knoblauchzehen
 300 g Chorizo am Stück
 350 g Hähnchenbrustfilet
 1 Esslöffel Tomatenmark
 2 Teelöffel Chilipulver
 2 Teelöffel Kreuzkümmel
 1 Teelöffel Zimt
 2 Teelöffel Oregano
 400 g gestückelte Tomaten
 200 g Kidneybohnen
 200 g Canellini Bohnen aus der Dose
 100 ml Gemüsebrühe
 1 Baguette
 150 g saure Sahne
 1/4 Bund Petersilie
 Salz, Pfeffer

und gestückelten Tomaten eingekocht. Frische Petersilie und ein Klecks saure Sahne dazu - schon kann dein wohlverdienter Feierabend beginnen.

- 1 -

Zwiebel schälen und würfeln. Chorizo in Stücke schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden. Kidney- und Canellinibohnen abgießen.

- 2 -

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch 2 Minuten anbraten. Chorizo und Hähnchen hinzufügen und 3 Minuten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

- 3 -

Tomatenmark und Gewürze unterrühren. Bohnen, Gemüsebrühe und gestückelte Tomaten hinzufügen und 10 Minuten köcheln lassen.

- 4 -

Petersilie hacken. Baguette in Scheiben schneiden. Hähnchen-Chorizo-Chili in kleine Schüsseln verteilen. Je einen Klecks saure Sahne darauf geben und mit Petersilie bestreuen. Mit Brot servieren.

Wer bei Abendsonne länger als 25 Minuten in der Küche steht, ist selber schuld. Denn die schnellsten Gerichte sind oft die leckersten. Den Beweis liefert dieses Hähnchen-Chili mit Chorizo. Fix angebraten, mit einer Handvoll Gewürze in Schwung gebracht und mit Bohnen