

Scharfes Kürbis-Chili

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

50
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

2 getrocknete Chilischoten (zum Beispiel Ancho oder Pasilla)
 450 ml Wasser
 450 g Rindfleisch (aus der Keule)
 1 Zwiebel
 4 Knoblauchzehen
 1/2 Kürbis (zum Beispiel Hokkaido)
 1 Teelöffel Oregano
 2 Teelöffel Kreuzkümmel
 350 ml helles Bier
 2 Esslöffel Limettensaft
 2 Esslöffel Kürbiskerne
 3 Esslöffel Öl
 Salz, Pfeffer
 Sour Cream (zum Garnieren)

Herbstlicher Leckerbissen für kühle Tage – dieses Chili aus zartem Rindfleisch und süßem Kürbis wird mit feurigen Schoten verfeinert und heizt dich so richtig auf..

- 1 -

Getrocknete Chilischoten in einer kleinen Pfanne etwa 3 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten, dabei gelegentlich

umrühren. Chili in eine Schüssel geben und mit 450 ml kochendem Wasser übergießen. 30 Minuten einweichen lassen. Anschließend Chili halbieren, Stengel und Kerne entfernen und mit einem Stabmixer ca. 1 Minute pürieren.

- 2 -

In der Zwischenzeit Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Fleisch in ca. 1 cm feine Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. 1 EL Öl in einem großen Topf bei mittlerer Stufe erhitzen. Fleisch von allen Seiten braun anbraten. Anschließend auf einem Teller beiseite stellen.

- 3 -

Restliches Öl in den Topf geben und Zwiebeln und Knoblauch darin 6-8 Minuten anbraten. Kreuzkümmel und Oregano hinzufügen und verrühren. Fleisch zurück in den Topf geben und Bier sowie Chilipüree untermengen. Kurz aufkochen lassen, dann Hitze reduzieren und 20-25 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

- 4 -

Kürbis von der Schale befreien und das Fleisch in Spalten oder Stücke schneiden. Zum Rindfleisch geben und 10-15 Minuten garen. Limettensaft unterrühren.

- 5 -

Fertiges Chili auf tiefen Tellern verteilen. Mit Sour Cream und Kürbiskernen garnieren und servieren.