



Boodschappenlijst

Chili con carne

Voor 4 personen

- | | |
|--|--|
| ☐ 500 gr rundergehakt | ☐ 400 gr bruine bonen (blik), uitgelekt en gespoeld |
| ☐ 1 grote ui, fijngesneden | ☐ 3 verse tomaten, grof gesneden |
| ☐ 2 teentjes knoflook, fijngehakt | ☐ 400 gr tomatenblokjes (blik) |
| ☐ 1 rode chilipeper, zonder zaadjes, fijngesneden | ☐ 150 ml runderbouillon |
| ☐ 2 takjes tijm | ☐ 3 el tomatenpuree |
| ☐ 2 el olijfolie | ☐ 1 kaneelstokje |
| ☐ 1 kl gemalen komijn | ☐ 1 laurierblad |
| ☐ 2 kl paprikapoeder | ☐ peper en zout |
| ☐ 1 kl gedroogde oregano | ☐ Voor erbij: 1 bosje bieslook, fijngesneden + 200 ml creme fraiche |