

Recept van BART "DE KOK VAN DE KONING"

Chili con carne met Mexicaanse groente en kidneybonen

Wat je nodig hebt:

Maïs, ui, prei, paprika, een pepertje, kidneybonen (eventueel uit blik), rundergehakt, tomatenketchup, knoflook, een beetje suiker, Mexicaanse kruiden of Tex-Mex (kruidenmix).

Zo maak je het:

Roerbak het gehakt in een beetje zonnebloemolie met de kruiden en de schoongemaakte en gehakte knoflook in een hapjespan. Als het gehakt bruin is, voeg je de rest van de groente en de bonen toe. Als de groente gaar is, voeg dan nog wat ketchup en wat zout toe en meng dit goed door elkaar.



Lekker met toast, stokbrood of rijst.

ELLY ZUIDERVELD
MET ILLUSTRATIES VAN EMMI SMID

BSO

aan de kook!



MET tolle tips EN rake recepten VAN CHEF-KOK BART GOUMA



KokBoekencentrum
UITGEVERS | UTRECHT