



# Chili sin carne

## Haver til Mavers klassiker

**Antal:** 4-6 personer. **Sæson:** August-november

Læs opskriften igennem  
og fordel opgaverne,  
så alle har noget at lave.

### I skal bruge

800-1.000 g grøntsager  
fx gulerod, squash, kål,  
rødbede

2 løg

1 frisk chili eller  
chilipulver

Krydderier og krydderurter  
- fx timian og salvie

4 spsk madolie til stegning

Hakkede tomater  
(1 dåse / karton)

3 dl vand

3 dl udblødte og kogte  
bønner - fx kidney bønner

1 tsk salt

¼ tsk peber

### Sådan gør I

- 1 Skyl og skrub grøntsagerne grundigt. I behøver ikke at skrælle dem.
- 2 Skær grøntsager og chili i små tern.
- 3 Pil og hak løgene fint.
- 4 Kom olie i en gryde og steg løg og halvdelen af chilien og krydderier i ca. 2 minutter.
- 5 Kom grøntsagerne i og steg det hele i 5 minutter mere. Husk at røre grundigt rundt hele tiden, så det ikke brænder på.
- 6 Tilsæt de hakkede tomater og vandet og læg låg på gryden.
- 7 Kog retten igennem i 15-20 minutter.
- 8 Smag til med resten af chilien ad flere omgange mens retten koger. Så undgår I, at den bliver for stærk.
- 9 Tilsæt til sidst bønnerne og salt og peber, sæt låg på og lad retten koge igennem i 5 minutter mere.

### ★ TIP ★

Når I kommer hjem: Chili sin carne smager rigtig godt med ris og en klat creme fraiche.

### “Jeres egne ideer”

- hvordan vil I være kreative  
med denne ret?