

Chili con carne



Ingredienti per 4 persone

400 GRAMMI MANZO MACINATO
400 GRAMMI POMODORI PELATI
400 GRAMMI FAGIOLI ROSSI
2 CIPOLLE BIONDE
1 FOGLIA ALLORO
1 SPICCHIO AGLIO
1 CUCCHIAINO ZUCCHERO DI CANNA
Q.B. BRODO VEGETALE
Q.B. CHILI IN POLVERE
Q.B. OLIO DI OLIVA
Q.B. SALE



1) Prepara gli ingredienti. Spella le cipolle e l'aglio e tritali finemente. Trasferisci i pelati in una ciotola e spezzettateli con forbici da cucina. Sgocciola i fagioli rossi e sciacquali sotto acqua fredda corrente.



2) Rosola la base. Stufa dolcemente le cipolle in una casseruola per 10 minuti con 3-4 cucchiai di olio, l'alloro, 1 cucchiaino di chili, qualche goccia di salsa Worcester, lo zucchero di canna e un pizzico di sale unendo, se necessario, poco brodo caldo.



3) Cuoci la **carne**. Alza leggermente la fiamma e unisci la carne nella casseruola. Rosolala per 3-4 minuti, mescolando. Unisci i pomodori pelati, abbassa il fuoco e cuoci per 40 minuti, mescolando di tanto in tanto.



4) Completa. Aggiungi nella casseruola i **fagioli rossi**, regola di sale e mescola. Proseguì la cottura per altri 10 minuti.

