



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Chili sin Carne mit Taco-Chips und Teufelssoße

- 180 g GEFRO Chili sin Carne
- 1 TL GEFRO Paprika-Chili Würzmischung
- 1 EL GEFRO Omega-3 Speiseöl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Chilischoten
- 1 Limette, Saft
- 0,5 Bund Koriander, gehackt
- 70 g Taco-Chips, glutenfrei
- Salz

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Chili sin Carne mit Taco-Chips und Teufelssoße

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 25 Minuten

Nährwerte pro Portion:

10,2 g Fett	34 g Kohlenhydrate	11,3 g Eiweiß	12,2 g Ballaststoffe	300
kcal Brennwert				

Chili sin Carne mit Taco-Chips und Teufelssoße

1⌘ Soße vorbereiten:

1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe und 1 Chilischote in kleine Würfel schneiden. Alles in einem Topf mit 1 EL GEFRO Omega-3 Speiseöl andünsten.

Mit 1 TL GEFRO Paprika-Chili Würzmischung würzen und die Mischung anschließend abkühlen lassen.

2⌘ Chili zubereiten:

In der Zwischenzeit 180 g GEFRO Chili sin Carne mit einem Schneebesen in 800 ml kaltes Wasser einrühren.

Das Chili 5 Minuten leicht köcheln lassen.

3⌘ Schärfe hinzufügen:

Eine zweite Chilischote samt Kernen sehr fein hacken und zum Chili sin Carne geben. Das Ganze ein paar Minuten weiterköcheln lassen.

4⌘ Teufelssoße fertigstellen:

1 Limette auspressen und den Saft zur abgekühlten Soße geben.

Alles pürieren und mit etwas Salz abschmecken.

1/2 Bund Koriander fein hacken und unterrühren.

5⌘ Anrichten & Servieren:

Das heiße Chili sin Carne in tiefen Suppentellern anrichten und mit der frischen Teufelssoße servieren.

70 g Taco-Chips in 4 Portionen aufteilen und zum Chili reichen.

⌘ Tipps & Varianten:

⌘ **Tipp:** Wer keinen Koriander mag, kann die Soße statt dessen mit fein gehackter Petersilie verfeinern.

⌘ **Variante:** Für noch mehr Schärfe beim Servieren ein paar frische Chiliringe oder eine Prise GEFRO Paprika-Chili Würzmischung über das Chili geben.