



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du 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
- 70 g Taco-Chips, glutenfrei
- 1 Zwiebel
- 1 EL Knoblauchzehe
- 2 Chilischoten
- 1 Limette, Saft
- 0,5 Bund Koriander, gehackt
- Salz

Weitere tolle Rezepte findest du 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.

1 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.

2 Schärfe hinzufügen:

Eine zweite Chilischote samt Kernen sehr fein hacken und zum Chili sin Carne geben.

Das Ganze ein paar Minuten weiterköcheln lassen.

3 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.

4 Anrichten & Servieren:

Das heiÙe Chili sin Carne in tiefen Suppentellern anrichten und mit der frischen TeufelsoÙe servieren.

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

Tipps & Varianten

Tipp: Wer keinen Koriander mag, kann die SoÙe 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.