

## Chili con carne met muntyoghurt

- hoofdgerecht
- bereiden 30 min
- 9 personen

### Ingrediënten

- 3 eetlepels olijfolie
- 2 zoete uien, gesnipperd
- 4 tenen knoflook, geperst
- 600 g rundergehakt
- 2 rode paprika's, in reepjes
- 2 theelepels gemalen komijn (djinten)
- 2 blikken gepelde tomaten (a 400 g)
- 2 blikken bruine bonen (a 800 g), uitgelekt
- 2 theelepels chilipeper gemalen
- 1 zakje verse munt (15 g), fijngesneden
- 300 ml Griekse yoghurt



### Bereiden

Verhit in een grote braadpan de olie en fruit de ui met 2 tenen knoflook. Voeg het gehakt toe en bak het in 5 minuten rul. Bak de paprika 5 minuten mee en schep de komijn erdoor. Voeg de gepelde tomaten toe en druk ze met de spatel stuk. Voeg ook de bonen toe, breng op smaak met zout en de chilipeper en breng de chili tegen de kook aan. Draai het vuur laag en stooft de chili 20 minuten op laag vuur. Meng de laatste 2 tenen knoflook en de munt door de yoghurt en breng op smaak met zout en (versgemalen) peper. Breng de chili op smaak met zout en (versgemalen) peper en zet de pan met borden ernaast op tafel. Geef de muntyoghurt erbij. Lekker met een salade van knapperige ijsbergsla, mais en rode ui.

### Tip

Maak de chili een dag eerder: makkelijk én nog lekkerder!

#### 3x variatie op chili con carne:

Bijzondere bonen. Doe verschillende bonensoorten in de chili, dat zorgt voor extra smaak én beet. Vervang bijvoorbeeld 1 blik bruine bonen door chili-, rode of groene kidneybonen of Spaanse reuzenbonen. Ook lekker zijn peulvruchten als linzen en kikkererwten.

Zonder carne. Laat voor een vegetarische chili het gehakt achterwege en schep de laatste 2 minuten 2 in blokjes gesneden avocado's door de chili. Serveer met de muntyoghurt en partjes lime.

Uit de oven. Verwarm de oven voor tot 175 °C en stooft de chili in een ovenvaste braadpan of ovenschaal 30 minuten in de oven. Verdeel 50 g tortillachips over de chili, bestrooi met 100 g geraspte (cheddar)kaas en laat de kaas in nog 5-10 minuten smelten en licht kleuren.