

Puten-Chili mit Kidneybohnen

Zutaten (für 4 Personen):

1 kg Putenfleisch aus der Oberkeule
200 g Zwiebeln, in Würfel geschnitten
2-3 Knoblauchzehen, gehackt
2-3 cm frischen Ingwer, in kleine Würfel geschnitten
4 EL Olivenöl
400 ml Geflügelfond (aus dem Glas, ohne Glutamat und Hefeextrakt)
2 Dosen geschälte Tomaten à 400 g (zu empfehlen: San Marzano-Tomaten)
4 TL Harissa-Gewürzmischung (trockene Gewürzmischung aus Chili, Knoblauch, Koriander, Kümmel, Cumin, Krauseminze)
½-1 TL gemahlene Birdeyes (Chili) – wenn's noch nicht scharf genug ist
1 Dose Kidneybohnen (Abtropfgewicht 500 g)
Salz
Pfeffer (z.B. Pariser Pfeffer, eine Mischung bestehend aus: Pfeffer, Paprika, Zwiebeln, Tomaten, Koriander)
400 g saure Sahne

Zubereitung:

Das Putenfleisch in kleine mundgerechte Würfel schneiden, Sehnen dabei entfernen.
Einen Teil des Olivenöls in einer Pfanne erhitzen, und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze portionsweise anbraten. Fleisch in einen Bräter oder Schmortopf umfüllen und mit Pariser Pfeffer würzen.

Restliches Olivenöl in die Pfanne gießen und die in Würfel geschnittenen Zwiebeln bei mittlerer Hitze goldgelb dünsten, Knoblauch und Ingwer hinzufügen und kurz mitdünsten. Mit einem Teil der Geflügelbrühe ablöschen und den Bratensatz mit einem hitzebeständigen Teigschaber lösen. Masse ebenfalls in den Schmortopf umfüllen. Den Rest der Geflügelbrühe in die Pfanne gießen, aufkochen und den eventuell noch vorhandenen restlichen Bratensatz lösen. Heiße Brühe dann ebenfalls umfüllen.

Nun den Schmortopf auf den Herd stellen, Masse erhitzen, die etwas zerkleinerten Tomaten hinzufügen und alles gut verrühren. Mit Harissa, Chili und Salz würzen.

Das Puten-Chili bei kleiner Hitze zugedeckt zirka 1 Stunde köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist.

Die Kidneybohnen abgießen, mit Wasser abspülen und zusammen mit der sauren Sahne in den Topf geben und untermischen. Dieses späte Hinzufügen der Kidneybohnen verhindert, daß sie durch zu lange Kochzeit matschig werden.

In zirka 10 Minuten auf kleiner Flamme erhitzen. Eventuell noch Gemüsebrühe hinzugießen, je nachdem, wie sämig das Chili werden soll.

Das Puten-Chili mit Salz und Pfeffer und eventuell noch etwas Chili herzhaft würzig/scharf abschmecken.

* * *

Dazu schmeckt ein frisch gebackenes Knoblauchbaguette.

Man kann das Puten-Chili aber auch wie Gulasch zu Nudeln essen. Dann sollte es nicht zu flüssig sein.