

Chili corn carne en mijoteuse

Ma soeur a mis cette recette en lien sur facebook en fin de semaine et quand Samuel l'a vu, il m'en a fait la demande. Tout le monde, sans exception, a adoré!! J'en 'avais fait que pour 4 portions...avoir su!! Pour que Kéliane me dise: Maman, c'est vraiment bon!! Samuel, Kéliane et mon conjoint ont pris de la crème sûre pour accompagner ce plat. En plus de ma photo, je mets également celle de ma soeur.

***** Recette sans noix ni arachide, selon SOS Cuisine*****

Ingrédients

- 1 oignon haché finement
- 2 gousses d'ail émincées
- 1/2 piment rouge séché, émincé (j'en ai pas trouvé au IGA j'ai donc pris un piment rouge normal)
- 1 poivron vert, coupé en petit dés
- 2 c. à soupe d'huile de canola
- 400 g de boeuf haché extra-maigre ou maigre
- 1 1/2 tasse de tomates en dés en conserve
- 2 c. à soupe de pâte de tomates
- Sel au goût
- 1 c. à thé de cumin en poudre
- 2 c. à soupe de cassonade
- 1/2 tasse de bouillon de boeuf
- 3 tasses de haricots rouges en conserves, rincés et égouttés
- Poivre au goût
- 1 c. à soupe de coriandre fraîche, hachée (facultatif)
- 1 lime (facultatif)

Préparation

1. Préparer les légumes. Hacher finement l'oignon, émincer l'ail et le piment rouge, trancher le poivron en petits dés.
2. Chauffer l'huile à feu moyen-élevé dans un poêlon. Ajouter la viande hachée. Cuire, en brassant de temps à autre à l'aide d'une cuillère de bois, jusqu'à ce que la viande perde sa couleur rosée, soit 7-8 minutes. Ajouter ensuite l'oignon et l'ail et cuire le tout jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides, environ 3 minutes. Saler légèrement.
3. Transférer le tout dans la mijoteuse. Ajouter les tomates en dés, la pâte de tomates, le poivron, les haricots, le piment rouge, le cumin et la cassonade. Y verser le bouillon chaud. Couvrir la mijoteuse avec le couvercle et cuire à faible intensité de 6h à 8h. En alternative, cuire 4h à intensité élevée.

4. Poivrer au goût au moment de servir, Saupoudrer de coriandre fraîche hachée, garnir de quartiers de lime et servir.

Préparation: 15 minutes

Cuisson: 6h à 8h

Portions: 4

Source: [SOS Cuisine](#)