

CHILI À LA MIJOTEUSE



Ingrédients :

2 livres de bœuf haché

6 c. à soupe d'huile d'olive

1 gros oignon espagnol haché (**moi oignon normal**)

3 gousses d'ail hachées (**pas mis**)

1 c. à soupe de cumin en poudre

1 c. à soupe de chili en poudre

1 c. à soupe de coriandre en poudre

2 piments jalapeños, vidés et hachés (**pas mis**)

3 tasses de tomates en dés en conserve (750 ml)

2 tasses d'haricots rouges en boîte, rincés et égouttés

1 poivron rouge en petits dés (**j'ai mis 3 piments pour remplacer jalapeños**)

4 c. à soupe de sucre

½ tasse de bouillon de bœuf

½ botte de coriandre fraîche, effeuillée et hachée (**pas mis**)

1 tasse de cheddar, râpé (**mis fromage Boivin**)

Tabasco au goût (**pas mis**)

Sel et poivre au goût

Préparation :

Dans une casserole à feu vif, faire colorer la viande dans 60 ml (4 c. à soupe) d'huile d'olive, puis réserver.

Dans la même casserole, faire colorer l'oignon dans 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive, puis ajouter l'ail, le cumin, le chili et la coriandre. Laisser revenir quelques minutes.

Ajouter la viande, les piments jalapeños, les tomates en dés, les haricots rouges, le poivron rouge, le sucre et le bouillon de bœuf.

Temps de cuisson :

Transférer le tout dans une mijoteuse et cuire à faible intensité pendant 8 heures ou 4 heures à haute intensité.

Au terme de la cuisson, rectifier l'assaisonnement du chili et ajouter le Tabasco au goût.

Au moment de servir, ajouter la coriandre et le cheddar.