

Mexicaanse chili met Trombolino, gehakt en bonen

(2 personen)

Zelf oogsten uit tuin (of zonodig kopen)

400 gr rijpe Trombolino (schoongemaakt)
1 paprika (rood of geel)
1 middelgrote ui
2 tenen knoflook
400 gr rijpe tomaten (of blik tomatenblokjes)

Overige ingrediënten

200 gr rundergehakt
240 gr kidneybonen (uitgelekt; blik 400 gr)
1 el olijfolie
1 el tomatenpuree
1½ tl gemalen komijn
1 tl gerookt paprikapoeder
½ tl chilipoeder en ½ tl oregano
Evt. 100 ml water of bouillon
Zout, peper; evt. 125 gr rijst of brood, yoghurt

Voorbereiding

Schil de rijpe Trombolino als de schil hard is. Verwijder zaden en snijd 400 gr vruchtvlees in blokjes van 2 cm.
Proef een klein stukje rauw: bij bitterheid niet gebruiken (ook niet na koken).
Snipper de ui en knoflook. Snijd paprika en verse tomaten in blokjes.
Spoel de kidneybonen af en laat uitlekken.

Bereiding

Bak het gehakt in olijfolie in een braadpan in 4–5 minuten rul.
Voeg ui en paprika toe en bak 4 minuten mee.
Voeg knoflook, komijn, paprikapoeder, chili en oregano toe; bak 30 seconden.
Roer tomatenpuree erdoor. Voeg Trombolino en tomaten toe.
Voeg zo nodig 100 ml water of bouillon toe. Laat 15–20 minuten afgedekt sudderen; roer af en toe.
Voeg kidneybonen toe en laat 5–10 minuten zonder deksel koken tot de Trombolino gaar is.
Breng op smaak met zout, peper en eventueel extra chili.

Serveer met rijst of brood, eventueel met yoghurt of zure room.
Garneer desgewenst met verse koriander of peterselie.