



Chili facile, délicieux et économique

[MIJOTEUSE](#) - [RECETTES](#) - [REPAS](#) - [VIANDES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 8 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 1 1/2 livre de viande hachée
- 1 1/2 tasse d'oignon en dés
- 1 tasse de piment en dés
- 1 courgette en dés
- 2 gousses d'ail
- 1 boîte en conserve de légumineuses au goût
- 28 onces de sauce tomate
- 14 onces de tomates
- 2-3 c. à table de poudre de chili
- 1-2 c. à thé de moutarde en poudre
- 3/4 c. à thé de basilic
- 1/2 c. à thé de poivre noir

Préparation

1. Faire dorer la viande dans un peu d'huile d'olive avec les oignons et l'ail.
2. Mélanger le reste des ingrédients dans la mijoteuse.
3. Laisser cuire à feu doux 6 à 8 heures.