



# Chili rápido de carne y alubias negras con arroz basmati y cilantro fresco

Fácil y rápido

Cocinando: 15 min • Listo en: 25 min

2



Arroz basmati



Carne de ternera  
y cerdo picada



Pimiento



Alubias negras



Mix de especias  
mexicanas



Queso rallado



Tomate concentrado



Caldo de ternera



Cilantro



De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva,  
ajo, agua.



## Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.  
Lava tus frutas y verduras.

## Utensilios necesarios:

Colador, sartén grande, cazo con tapa, jarra medidora.

## Ingredientes

	2P	4P
Arroz basmati	150 gramos	300 gramos
Carne de ternera y cerdo picada* <b>14)</b>	200 gramos	400 gramos
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Alubias negras	425 gramos	850 gramos
Mix de especias mexicanas	1 sobre	2 sobres
Queso rallado* <b>7)</b>	50 gramos	100 gramos
Tomate concentrado	30 gramos	60 gramos
Caldo de ternera	1 sobre	2 sobres
Cilantro*	½ unidad	1 unidad
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua para la salsa	150 ml	300 ml
Agua para el arroz	320 ml	640 ml

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	525 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3460/ 827	660/ 158
Grasas (g)	25,4	4,8
de las cuales saturadas (g)	12,3	2,3
Carbohidratos (g)	94,3	18,0
de los cuales azúcares (g)	8,1	1,5
Proteínas (g)	47,9	9,1
Sal (g)	4,5	0,8

## Alérgenos

**7)** Leche **14)** Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

## ¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?  
Entra en [hellofresh.es](https://hellofresh.es) o nuestra app para evaluar la receta.



1



## Cuece el arroz

Llena un cazo con el **agua para el arroz** (ver cantidad en ingredientes) y añade el **arroz** y **sal** al gusto. Cuando hierva, baja a fuego medio-bajo y tapa el cazo. Deja cocinar 11-13 min y remueve de vez en cuando. Una vez cocinado, remueve el **arroz** con la ayuda de un tenedor para separar los granos y resérvalo en el cazo tapado.

**CONSEJO:** Antes de cocinar el arroz, lávalo para retirar el exceso de almidón y que los granos queden sueltos.

3



## Prepara el chili

Agrega el **pimiento** y el **ajo** a la sartén y cocina 2-3 min. Añade el **mix de especias mexicanas**, el **tomate concentrado** (ver cantidad en ingredientes), el **caldo de ternera** en polvo y el **agua para la salsa** (ver cantidad en ingredientes). Remueve bien y agrega las **alubias negras**. **Salpimenta** al gusto y llévalo a ebullición. Luego, baja a fuego medio-bajo y cocina 8-10 min, removiendo para que los ingredientes se integren y la **salsa** se reduzca.

2



## Cocina la carne y prepara los ingredientes

Calienta una sartén grande a fuego medio-alto con un chorrito de **aceite**. Luego, añade la **carne** y cocina 5-6 min, hasta que esté dorada, removiendo para que se desmenuce bien. Corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Córtales en tiras de 1 cm de grosor. Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Escurre las **alubias negras**.

**RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.

4



## Emplata y disfruta

Pica finamente la mitad del **cilantro** (doble para 4p). Agrega la mitad del **cilantro** picado junto a la mitad del **queso rallado** a la sartén con el **chili** y remueve para integrar. Sirve el **arroz basmati** en la base de los platos y agrega el **chili de carne y alubias** encima. Cubre con el **cilantro** picado y el **queso rallado** restante al gusto.

¡Que aproveche!