Groß Glienicker Männerkochkreis am 28.10.2026

Chili con carne mit Butternut-Kürbis

(statt Bohnen)

Zutaten: für 10 Personen

2 kg stückige Tomaten aus der Dose
20 g Rinderbrühe
100 g Chipotle Paste*
5 Zwiebeln
400 g Naturjoghurt
2 kg Butternut-Kürbis
250 g geriebener Cheddar
1 kg Hackfleisch vom Rind
Öl

* Chipotle Paste ist eine würzige Paste aus getrockneten, geräucherten Jalapeño-Chilis. Sie stammt aus der mexikanischen Küche und verleiht Gerichten einen rauchigen, leicht süßlichen und scharfen Geschmack.

Zubereitung:

Backofen auf 200°C Umluft vorheizen.

Kürbis längs halbieren und mit einem Löffel entkernen. Kürbis in 2 cm Würfel schneiden.
Kürbiswürfel in eine Schüssel geben, mit 5 Esslöffeln Öl, Salz und Pfeffer vermengen.

Anschließend auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und 20 Minuten im Ofen garen.

Zwiebeln halbieren und in feine Streifen schneiden.

Hackfleisch und Zwiebel in einem großen Topf nach und nach anbraten.

Chipotle und Brühpulver dazugeben und kurz mitbraten.
Mit Tomaten ablöschen. 5 Minuten köcheln lassen. Je nach Bedarf noch etwas Wasser dazugeben.

Zum Schluss gegarte Kürbiswürfel dazugeben und vermengen. Abschmecken.

Auf tiefe Teller verteilen, Joghurt darüber träufeln und mit Käse garnieren.