

## Fiesta Black Bean Chili (Chili de frijoles negros Fiesta)

### INGREDIENTES

- 3 latas de 425 grs c/u de frijoles negros o 1 454 grs de frijoles negros secas
- 2 cucharadas de aceite
- 1 ½ tazas de cebolla picada
- 1 ½ tazas de pimiento verde o rojo picado.
- 1 ½ tazas de apio picado
- 3 dientes de ajo, prensados o picados
- 4 latas de 396 grs de tomates, cortados o en cubos
- ½ taza de uvas pasas
- ¼ de taza de vinagre de vino tinto
- 4 cucharaditas de polvo de chile
- 1 cucharada de perejil seco (3 cucharadas de perejil fresco)
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 ½ cucharaditas de albahaca
- 1 ½ cucharaditas de orégano
- 1 ½ cucharaditas de comino
- ¼ de cucharadita de pimienta negra
- 1 cucharadita de salsa de jalapeño embotellada\*
- 1 hoja de laurel grande (o 2 pequeñas)
- 1 lata de cerveza



### INSTRUCCIONES

- Cocina los frijoles secos hasta que estén tiernos, añadiendo de 1 a 3 cucharaditas de sal al agua (o usa frijoles enlatados).
- Calentar el aceite en una olla de 6 cuartos de galón a fuego medio o bajo.
- Añade la cebolla y cocina durante 3-5 minutos
- Añade pimienta verde o roja, cocina 3-5 minutos
- Añada el apio y el ajo, cocine de 3 a 5 minutos, revuelva de vez en cuando.
- Añada los ingredientes restantes a las verduras cocidas.
- Cubrir la olla y cocer a fuego lento durante 1 a 2 horas. (Olla de cocción lenta - Baja 4-12 horas.)
- Retire la hoja de laurel.
- Sirva caliente con salsa de jalapeño adicional.
- Cubrir con queso suizo o mozzarella, si lo desea.
- Congele la mitad para servir en otra ocasión.