



# Chili au bœuf et aux jalapenos

## avec cheddar

Repas futé 25 minutes

Protéine personnalisable

+ Ajouter

Changer

ou x2 Doubler

Si vous avez choisi de modifier votre protéine, il vous suffit de suivre les icônes et les instructions spécifiques au verso de la fiche dans la colonne de droite, et le tour est joué. Vous pouvez également consulter votre recette personnalisée en ligne, à la page [hellofresh.ca](https://hellofresh.ca)

Changer



Porc haché  
250 g | 500 g

Changer



Beyond Meat®  
2 | 4



Bœuf haché  
250 g | 500 g



Coriandre  
7 g | 7 g



Jalapeno  
1 | 2



Poivron  
1 | 2



Tomates broyées  
à l'ail et aux  
oignons  
1 | 2



Assaisonnement  
mexicain  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Crème sure  
1 | 2



Cheddar, râpé  
¼ tasse | ½ tasse



Oignon jaune  
1 | 2



Purée d'ail  
1 c. à soupe |  
2 c. à soupe

**Allergènes Hé, les cuisiniers!** Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



## Préparer

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- **Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 :**
  - Doux : ½ c. à soupe (1 c. à soupe)
  - Moyen : 1 c. à soupe (2 c. à soupe)
  - Épicé : 2 c. à soupe (4 c. à soupe)

- Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Hacher grossièrement la **coriandre**.
- Évider, puis hacher finement le **jalapeno**. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)

2



## Cuire les légumes

- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **poivrons** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **jalapenos**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)
- Cuire de 5 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- **Saler et poivrer**, au goût. Retirer du feu.
- Transférer les **légumes** dans une assiette.

3



## Cuire le bœuf

- [Changer](#) | **Porc haché**
- [Changer](#) | **Beyond Meat®**
- Chauffer la même casserole à feu moyen.
- Ajouter ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **bœuf** et les **oignons**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Ajouter la **purée d'ail** et l'**assaisonnement mexicain**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.
- **Saler et poivrer**.

4



## Cuire le chili

- Dans la casserole contenant le **bœuf**, ajouter les **tomates broyées** et ½ **tasse** (1 tasse) d'**eau**. Bien mélanger, puis porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen.
- Laisser mijoter de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le chili épaisse légèrement. (**CONSEIL** : Si le temps le permet, laisser mijoter plus longtemps. Plus le chili cuira longtemps, plus il sera savoureux!)

5



## Terminer et servir

- Lorsque le chili sera cuit, ajouter les légumes. **Saler et poivrer**, au goût.
- Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit bien chaud.
- Répartir le chili dans les bols. Couronner d'**un soupçon** de **crème sure**, puis parsemer de **coriandre** et de **fromage**.

Unités de mesure à chaque étape | **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** | 2 personnes | 4 personnes | Ingrédient

## 3 | Cuire le porc

[Changer](#) | **Porc haché**

Si vous avez choisi le **porc**, le faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le **bœuf**.

## 3 | Cuire le Beyond Meat®

[Changer](#) | **Beyond Meat®**

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le faire cuire de 5 à 6 min, en suivant les mêmes instructions que celle pour le **bœuf**, en défaisant les **galettes** en bouchées, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes\*\*.

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.



Ce repas ne vous convient pas?  
Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.