



# Chili à la dinde avec cheddar

Repas futé

25 minutes

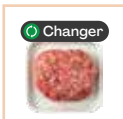
Protéine personnalisable

+ Ajouter

⌚ Changer

ou ×2 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://www.hellofresh.ca)



Boeuf haché

250 g | 500 g



Dinde hachée  
250 g | 500 g



Haricots noirs  
1 | 2



Mirepoix  
113 g | 227 g



Gousses d'ail  
2 | 4



Oignon vert  
1 | 1



Cheddar, râpé  
¼ tasse | ½ tasse



Tomates broyées  
369 ml | 796 ml



Assaisonnement mexicain  
2 c. à soupe | 4 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.
- Égoutter et rincer les **haricots noirs**.
- Émincer l'**oignon vert**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.

2



## Cuire la dinde

- [Changer](#) | **Bœuf haché**
- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
  - Ajouter **1 c. à thé** (2 c. à thé) d'huile, puis la **dinde**, l'**ail** et la **mirepoix**. Saupoudrer d'**assaisonnement mexicain**, puis **saler** et **poivrer**.
  - Cuire de 4 à 5 min, en défaisant la **dinde** en morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée\*\*.

3



## Préparer le chili

- Dans la casserole, ajouter les **haricots noirs**, les **tomates broyées** et **½ tasse** (1 tasse) d'**eau**, puis bien mélanger.
- Porter à ébullition.

4



## Laisser mijoter le chili

- Réduire à feu moyen-doux.
- Cuire à découvert de 8 à 10 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le chili épaississe légèrement. **Saler** et **poivrer**.

5



## Terminer et servir

- Répartir le chili dans les bols.
- Parsemer de **fromage** et d'**oignons verts**.

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

## 2 | Cuire le bœuf

[Changer](#) | **Bœuf haché**

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

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).