

# Poulet rôti au chipotle et au feta

avec riz rouge à la mexicaine

Épicée

35 minutes



Poitrines de poulet



Sauce au chipotle



Feta, émietté



Riz basmati



Base de sauce tomate



Assaisonnement mexicain



Oignon jaune



Poivron



Concentré de bouillon de poulet



Tomate Roma



Coriandre

BONJOUR ASSAISONNEMENT MEXICAIN

Une combinaison de saveurs fumées, sucrées et épicées pour un assaisonnement tex-mex parfait!

## D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

## Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, papier parchemin, petit bol, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poitrines de poulet *	2	4
Sauce au chipotle 🌶️	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Feta, émietté	¼ tasse	½ tasse
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Base de sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Oignon jaune	113 g	226 g
Poivron	160 g	320 g
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Tomate Roma	80 g	160 g
Coriandre	7 g	14 g
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Beurre*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

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

♦ L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

## 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 soja, des sulfites, des noix et du blé.*

## Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002  
HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



## Préparer

- Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Hacher grossièrement la **coriandre**.
- Réserver **1 c. à soupe de feta** (doubler la qté pour 4 pers.) dans un petit bol.



## Commencer le poulet

- Entre-temps, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. **Saler et poivrer**.
- Disposer le **poulet** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Étendre la **sauce au chipotle** sur le **dessus du poulet**, puis parsemer du **reste de feta**.
- Cuire au **centre** du four de 12 à 14 min, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit\*\*.



## Commencer le riz rouge

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 ½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **oignons**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent légèrement.
- Ajouter le **riz**, la **base de sauce tomate** et l'**assaisonnement mexicain**. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **riz** soit enrobé et dégage son arôme.



## Terminer le poulet et le riz rouge

- Trancher le **poulet** finement.
- Dans la poêle contenant le **riz**, ajouter la **moitié de la coriandre** et **1 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.). Remuer jusqu'à ce que le **beurre** fonde.



## Cuire le riz rouge

- Dans la poêle contenant le **riz**, ajouter les **tomates**, les **poivrons**, le **concentré de bouillon**, **1 ¼ tasse d'eau**, **¼ c. à thé de sucre** et **½ c. à thé de sel** (doubler les qtés pour 4 pers.). **Poivrer**, puis bien mélanger. Porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu doux. Cuire à couvert de 12 à 14 min, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé.
- Retirer la poêle du feu. Garder couvert et réserver.



## Terminer et servir

- Répartir le **riz rouge** dans les assiettes. Parsemer du **feta réservé**.
- Garnir le **riz** de **poulet**. Parsemer du **reste de la coriandre**.

**Le souper, c'est réglé!**