

Chili au bœuf et aux haricots

avec crème sure et cheddar

30 minutes



Bœuf haché



Oignon jaune



Poivron



Haricots rouges



Assaisonnement mexicain



Crème sure



Tomates broyées à l'ail et aux oignons



Concentré de bouillon de bœuf



Cheddar, râpé



Oignons verts

BONJOUR HARICOTS

Utilisez le liquide des haricots pour ajouter du goût et du caractère au chili!

D'abord

Laver et sécher tous les fruits et les légumes.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, tasses à mesurer, grande casserole

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Oignon jaune	56 g	113 g
Poivron	160 g	320 g
Haricots rouges	370 ml	740 ml
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Tomates broyées à l'ail et aux oignons	370 ml	740 ml
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Oignons verts	2	4
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

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

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 joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparer

Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Peler, puis couper la **moitié** de l'**oignon** en morceaux de 1,25 cm (½ po) (utiliser l'oignon entier pour 4 personnes). Émincer les **oignons verts**.



Faire cuire le chili

Ajouter les **tomates broyées**, **½ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes), le **concentré de bouillon** et les **haricots**, incluant leur **liquide**. Mélanger, puis porter à ébullition à feu élevé. Réduire à feu moyen et laisser mijoter de 12 à 15 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **chili** épaississe légèrement. (**CONSEIL** : Si le temps le permet, laisser mijoter plus longtemps. Plus le chili cuira longtemps, plus il sera savoureux!)



Faire cuire les légumes

Faire chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **oignons** et les **poivrons**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** commencent à ramollir.



Terminer et servir

Répartir le **chili** dans les bols. Couronner d'un soupçon de **crème sure**, puis parsemer d'**oignons verts** et de **fromage**.

Le repas est prêt!



Faire cuire le bœuf

Ajouter le **bœuf** à la poêle contenant les **légumes**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en le défaisant en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. Égoutter soigneusement l'excès de gras et le jeter. Ajouter l'**assaisonnement mexicain**. Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.