

Bol burrito aux champignons portobello avec pico de gallo et jalapenos marinés maison

Végé

30 minutes



Champignons portobello



Riz basmati



Lime



Ail



Échalote



Maïs en grains



Tomates Roma



Coriandre



Assaisonnement mexicain



Jalapeno



Vinaigre de vin blanc

BONJOUR PICO DE GALLO

Lorsqu'il est fait maison, le pico de gallo rehausse à merveille les plats mexicains!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, râpe à zester/zesteur, poêle antiadhésive moyenne, cuillères à mesurer, casserole moyenne, papier parchemin, petit bol, tasses à mesurer

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Champignons portobello	2	4
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Lime	1	2
Ail	6 g	12 g
Échalote	50 g	100 g
Maïs en grains	113 g	227 g
Tomates Roma	160 g	320 g
Coriandre	7 g	7 g
Assaisonnement mexicain	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Jalapeno 🌶️	1	1
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sucre	1 c. à thé	2 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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 en mentionnant
#LaVieHelloFresh
Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Faire cuire le riz

Dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse d'eau** et **½ c. à thé de sel** (doubler les quantités pour 4 personnes), puis couvrir et porter à ébullition. Ajouter le **riz** à l'**eau bouillante**. Réduire à feu doux. Faire cuire à couvert de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** ait été absorbée.



Faire mariner le jalapeno

Hacher finement le **jalapeno**, en retirant les **graines** pour un goût plus doux. (**REMARQUE** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.) Faire chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen. Ajouter les morceaux de **jalapeno**, le **zeste de lime**, le **vinaigre**, le **reste** du **jus de lime** et **1 c. à thé de sucre** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **jalapenos** soient légèrement croustillants. Transférer dans un bol moyen les **jalapenos** et le **liquide**, puis réserver.



Faire rôtir les champignons

Pendant que le **riz** cuit, retirer les pieds des **chapeaux de champignons**. Badigeonner l'intérieur et l'extérieur de **chaque chapeau de champignon** de **1 c. à thé d'huile**. Assaisonner de la **moitié** de l'**assaisonnement mexicain** et **saler**. Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, disposer les **chapeaux**, côté bombé vers le haut. Faire cuire au **centre** du four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les **champignons** soient juteux et tendres à la fourchette.



Faire cuire le maïs

Faire chauffer la même poêle à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis l'**ail**, le **maïs** et le **reste** de l'**assaisonnement mexicain**. Faire cuire pendant 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **maïs** ramollisse. **Saler** et **poivrer**.



Préparer le pico de gallo

Pendant que les **champignons** rôtissent, couper les **tomates** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Zester, puis presser la **lime**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Hacher finement la **coriandre**. Peler, puis émincer l'**échalote**. Mélanger dans un petit bol les **tomates**, l'**échalote**, la **moitié** de la **coriandre**, **1 c. à thé d'huile** et **1 c. à thé de jus de lime** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Réserver.



Terminer et servir

Égoutter les **jalapenos**. Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis **saler** et incorporer le **reste** de la **coriandre**. Trancher les **champignons rôtis**. Répartir le **riz** et le **maïs** dans les bols. Garnir de **champignons portobello**, de **pico de gallo** et des **jalapenos marinés**.

Le repas est prêt!