

Bols au bœuf style fajita

avec riz basmati et crème à la lime

Familiale

35 minutes



Bœuf haché



Oignon jaune



Assaisonnement mexicain



Riz basmati



Oignons verts



Poivron



Tomate Roma



Monterey Jack, râpé



Gousses d'ail



Crème sure



Lime

BONJOUR BOL STYLE FAJITA

Tout le monde raffole de ce classique tex-mex réinventé!

D'abord

Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, zesteur, papier d'aluminium, casserole moyenne, grand bol, petit bol, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Oignon jaune	113 g	226 g
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Oignons verts	2	2
Poivron	160 g	320 g
Tomate Roma	80 g	160 g
Monterey Jack, râpé	½ tasse	1 tasse
Gousses d'ail	2	4
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Lime	1	1
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

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



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). Couvrir et porter à ébullition.
- Incorporer le **riz**, puis 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.
- Retirer la casserole du feu. Réserver, à couvert.



Faire cuire les légumes

- Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les morceaux de **poivron** et d'**oignon** et l'**ail**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **poivrons** soient légèrement croquants.
- Retirer la poêle du feu, puis réserver le **mélange avec les poivrons** dans un bol moyen.



Préparer

- Entre-temps, évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Émincer les **oignons verts**.
- Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.
- Zester et presser la **moitié** de la **lime** (utiliser la lime entière pour 4 personnes). Couper le **reste** de la **lime** en quartiers.
- Dans un petit bol, ajouter **¼ c. à thé de zeste de lime**, **1 c. à thé de jus de lime** (doubler les quantités pour 4 personnes) et la **crème sure**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. Réserver.



Assembler le riz style fajita

- Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis **saler**.
- Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **riz**. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **liquide** ait été absorbé et que le **riz** commence à brunir.
- Ajouter les **oignons verts** et le **mélange avec les poivrons**. **Saler** et **poivrer**. Remuer de 1 à 2 minutes, jusqu'à ce que le tout soit chaud.



Faire cuire le bœuf

- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **bœuf**. Faire cuire le **bœuf** de 4 à 5 minutes, en le défaisant en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Égoutter soigneusement et jeter l'excédent de gras.
- Ajouter l'**assaisonnement mexicain**. Poursuivre la cuisson pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. **Saler** et **poivrer**, au goût.
- Transférer le **bœuf** dans un grand bol. Couvrir de papier d'aluminium pour garder au chaud.



Terminer et servir

- Répartir le **mélange de riz style fajita** dans les bols. Garnir du **bœuf** et des morceaux de **tomate**.
- Parsemer de **fromage**.
- Couronner d'une cuillerée de **crème à la lime**.
- Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le repas est prêt!