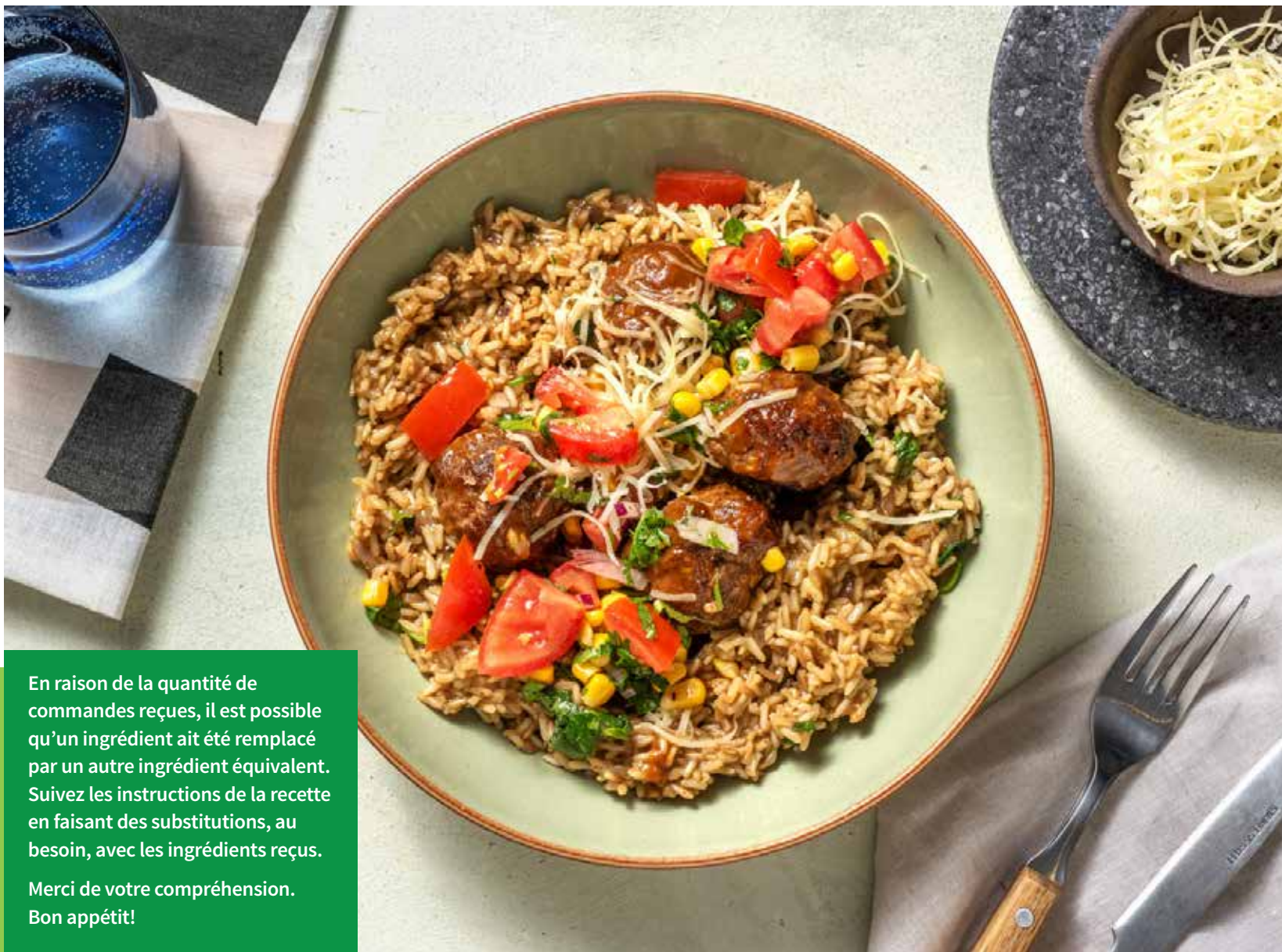


# Boulettes de bœuf tex-mex

avec riz à l'espagnole et salsa de maïs

Familiale 30 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.  
Bon appétit!



Bœuf haché



Riz à grains longs



Tomate Roma



Coriandre



Maïs en grains



Oignon rouge, haché



Assaisonnement mexicain



Chapelure panko



Fromage Monterey Jack, râpé



Farine tout usage



Concentré de bouillon de bœuf

BONJOUR SAUCE À ENCHILADAS

*Faire sa propre sauce à enchiladas ne pourrait pas être plus facile!*

## Commencer ici

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

## À sortir

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, papier d'aluminium, casserole moyenne, grand bol, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 pers	4 pers
Bœuf haché	250 g	500 g
Riz à grains longs	¾ tasse	1 ½ tasse
Tomate Roma	80 g	160 g
Coriandre	7 g	14 g
Mais en grains	56 g	113 g
Oignon rouge, haché	56 g	113 g
Assaisonnement mexicain	1 c. à table	2 c. à table
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Fromage Monterey Jack, râpé	¼ tasse	½ tasse
Farine tout usage	1 c. à table	2 c. à table
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Pas inclus dans la boîte

\*\* Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F.

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

*Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.*

## Nous joindre

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



## Préparation

Couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Hacher grossièrement la **coriandre**. Dans un bol moyen, mélanger la **tomate**, le **maïs**, la **moitié** de la **coriandre**, le **quart** des **oignons** et **½ c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Réserver.



## Préparer sauce

Pendant que les **boulettes** rôtissent, **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers) dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen, puis saupoudrer de **farine**. Fouetter jusqu'à ce qu'une pâte se forme, puis ajouter **le reste d'assaisonnement mexicain**, le **concentré de bouillon** et **¾ tasse d'eau** (doubler pour 4 pers). Porter à ébullition, puis baisser à feu moyen-doux et cuire en remuant souvent jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 5 à 7 min.

**Poivrer.**



## Cuire le riz

Dans une casserole moyenne à feu moyen, ajouter **½ c. à table d'huile**, puis **le reste des oignons**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'ils ramollissent, de 3 à 4 min. Ajouter le **riz** et **la moitié** de **l'assaisonnement mexicain** et cuire en remuant souvent, de 1 à 2 min. Ajouter **1 ¼ tasse d'eau** (doubler pour 4 pers) et porter à ébullition. Lorsque l'**eau** bout, baisser à feu doux et couvrir à couvert jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** soit absorbée, de 15 à 18 min.



## Finir et servir

Lorsque les **boulettes** sont cuites, les ajouter à la **sauce** et bien mélanger. Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis y incorporer **le reste de coriandre** et **saler**. Répartir le **riz** dans les assiettes, puis garnir de **boulettes**, de **sauce** et de **salsa de maïs**. Saupoudrer les **boulettes** de **fromage**.

## Le souper, c'est réglé!



## Préparer les boulettes

Dans un grand bol, combiner le **bœuf**, la **chapelure** et **¼ c. à thé de sel** (doubler pour 4 pers). **Poivrer**. Former **8 boulettes égales** (16 boulettes pour 4 pers) et les disposer sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium. Cuire au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient dorées et entièrement cuites, de 8 à 10 min. \*\*