

Casserole style enchiladas au porc avec salade d'épinards

Familiale

30 Minutes



Porc haché



Dinde hachée



Tortillas de farine,
15 cm (6 po)



Poivron



Oignons verts



Petites tomates



Bébés épinards



Tomates broyées à
l'ail et aux oignons



Assaisonnement mexicain



Vinaigre de
vin blanc



Cheddar, râpé



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso
de cette fiche!
Bonne cuisine!

BONJOUR POIVRONS COLORÉS

Les poivrons colorés sont des poivrons verts qui ont mûri sur la vigne!

D'abord

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive, plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po)

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Porc haché	250 g	500 g
 Dinde hachée	250 g	500 g
Tortillas de farine, 15 cm (6 po)	6	12
Poivron	160 g	320 g
Oignons verts	2	4
Petites tomates	113 g	227 g
Bébés épinards	113 g	227 g
Tomates broyées à l'ail et aux oignons	370 ml	740 ml
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Cheddar, râpé	1 tasse	2 tasses
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
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, 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 #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparer

Émincer les **oignons verts**. Couper les **tomates** en deux. Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Couper les **tortillas** en deux.



Préparer la garniture

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **porc**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le porc en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. Égoutter soigneusement et jeter l'excès de gras. Ajouter les **tomates broyées**, l'**assaisonnement mexicain** et la **moitié** des **poivrons**. Faire cuire de 6 à 8 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** réduise légèrement. Retirer la poêle du feu, puis incorporer la **moitié** des **épinards** et remuer pendant 1 minute, jusqu'à ce qu'ils tombent.



RECETTE PERSONNALISÉE

Si vous avez choisi la **dinde**, la faire cuire de la même façon que la recette demande de faire cuire le **porc**



Faire cuire la casserole

Faire cuire au **centre** du four de 5 à 8 minutes, jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **étages** soient bien chauds.



Préparer la salade

Pendant que la **casserole** cuit, fouetter dans un grand bol le **vinaigre**, **½ c. à thé de sucre** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). Ajouter les **tomates**, la **moitié** des **oignons verts**, les **épinards** et les **poivrons restants**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.



Assembler la casserole

Disposer **le tiers** des **tortillas** dans un plat de 20 x 20 cm (8 x 8 po) légèrement huilé (utiliser un plat de 23 x 33 cm [9 x 13 po] pour 4 personnes). Garnir **du tiers** de la **garniture**, puis **du tiers** du **fromage**. Répéter les étapes afin de créer **3 étages**, en terminant avec le **fromage**.



Terminer et servir

Laisser la **casserole** reposer pendant 5 minutes, puis couper en morceaux. Répartir la **casserole** et la **salade** dans les assiettes. Parsemer le **reste** des **oignons verts** sur la **casserole**.

Le repas est prêt!