



Enchiladas gratinées au bœuf

avec pico de gallo maison

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!

BONJOUR SAUCE À ENCHILADAS MAISON!

Une sauce simple, mais délicieuse!



Bœuf haché



Concentré de bouillon de bœuf



Piment poblano, haché



Maïs, en grains



Assaisonnement mexicain



Sel d'ail



Farine tout usage



Tortillas de blé



Fromage monterey jack, râpé



Oignons verts



Lime



Tomates raisins



Coriandre



Crème sure

COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller.
- Laver et sécher tous les aliments.

Sortir

Grande poêle antiadhésive, tasses à mesurer, plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po), fouet, zesteur, petit bol, petite casserole, cuillères à mesurer, bol moyen

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Bœuf haché	250 g	500 g
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Piment poblano, haché	113 g	227 g
Maïs, en grains	56 g	113 g
Assaisonnement mexicain	1 c. à table	2 c. à table
Sel d'ail	1 c. à thé	1 c. à thé
Tortillas de blé	6	12
Fromage Monterey Jack, râpé	½ tasse	1 tasse
Oignons verts	2	2
Lime	1	1
Tomates raisins	113 g	227 g
Coriandre	7 g	14 g
Crème sure	6 c. à table	12 c. à table
Farine tout usage	1 c. à table	1 c. à table
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



1. FAIRE LA SAUCE

Dans une petite casserole à feu moyen, ajouter **½ c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis saupoudrer de **½ c. à table de farine** (doubler pour 4 pers) et de **la moitié de l'assaisonnement mexicain**. Bien mélanger. Ajouter le **concentré de bouillon** et **½ tasse d'eau** (doubler pour 4 pers). Porter à ébullition, puis réduire à feu moyen-doux. Remuer jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, de 8 à 9 min.



4. GRILLER LES ENCHILADAS

Arroser le dessus des **enchiladas du reste de sauce à enchiladas**, puis saupoudrer de **fromage**. Griller au **centre** du four jusqu'à ce que le **fromage** soit fondu et croustillant, de 3 à 4 min.



2. CUIRE LA GARNITURE

Pendant que la **sauce** cuit, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis le **bœuf**, les **piments**, **½ c. à thé de sel d'ail** (doubler pour 4 pers) et **le reste d'assaisonnement mexicain**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les **piments** soient légèrement croquants et que le **bœuf** soit entièrement cuit, de 4 à 5 min.** Retirer la poêle du feu.



5. PRÉPARER LES CONDIMENTS

Pendant que les **enchiladas** grillent, zester, puis presser la **lime**. Couper les **tomates** en deux. Émincer les **oignons verts**. Hacher grossièrement la **coriandre**. Dans un petit bol, mélanger **le reste de crème sure** et **le zeste de lime**. **Saler** et **poivrer**. Réserver. Dans un bol moyen, mélanger les **tomates**, le **jus de lime**, la **coriandre** et les **oignons verts**. **Saler** et **poivrer**. Réserver.



3. ASSEMBLER LES ENCHILADAS

Incorporer **la moitié** de la **sauce à enchiladas**, le **maïs** et **la moitié** de la **crème sure** dans la **garniture de bœuf**. **Poivrer**. **Huiler** un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po; 23 x 33 cm ou 9 x 13 po pour 4 pers). Placer une **tortilla** sur la planche à découper. Garnir de **¼ tasse de garniture de bœuf**. Rouler la **tortilla**, puis placer, joint vers le bas, dans le plat de cuisson. Répéter avec **le reste** des **tortillas** et de la **garniture de bœuf**.



6. FINIR ET SERVIR

Répartir les **enchiladas** dans les assiettes. Couronner de **pico de gallo** et de **crème à la lime**.

Le souper, c'est réglé!