

Chili au bœuf et aux haricots

avec crème sure et cheddar

30 minutes



Bœuf haché



Oignon jaune



Poivron



Haricots rouges



Assaisonnement mexicain



Crème sure



Tomates broyées



Concentré de bouillon de bœuf



Cheddar, râpé



Oignon vert

BONJOUR HARICOTS

Utilisez le liquide des haricots pour ajouter du goût et du caractère au chili!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et les légumes.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, tasses à mesurer, grande casserole

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Oignon jaune	56 g	113 g
Poivron	160 g	320 g
Haricots rouges	370 ml	740 ml
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Tomates broyées	370 ml	796 ml
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Oignon vert	1	2
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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Préparer

- Éviter le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Peler, puis couper la **moitié** de l'**oignon** en morceaux de 1,25 cm (½ po) (l'oignon entier pour 4 pers.).
- Émincer l'**oignon vert**.



4 Faire cuire le chili

- Ajouter les **tomates broyées**, **½ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers.), le **concentré de bouillon** et les **haricots**, incluant leur **liquide**. Bien mélanger, puis porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen. Laisser mijoter de 12 à 15 min ou jusqu'à ce que le **chili** épaississe légèrement, en remuant à l'occasion. (**CONSEIL** : Si le temps le permet, laisser mijoter plus longtemps. Plus le chili cuira longtemps, plus il sera savoureux!)
- **Saler** et **poivrer**, au goût.



2 Faire cuire les légumes

- Faire chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.), puis les **oignons** et les **poivrons**. **Saler** et **poivrer**. Faire cuire de 2 à 3 min ou jusqu'à ce que les **légumes** commencent à ramollir, en remuant à l'occasion.



5 Terminer et servir

- Répartir le **chili** dans les bols.
- Couronner d'**un soupçon** de **crème sure**, puis parsemer d'**oignons verts** et de **fromage**.



3 Faire cuire le bœuf

- Ajouter le **bœuf** à la casserole contenant les **légumes**. Faire cuire de 4 à 5 min ou jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée, en le défaisant en morceaux**.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Ajouter l'**assaisonnement mexicain**. Faire cuire pendant 1 min ou jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme, en remuant souvent.

Le souper, c'est réglé!