



FAJITAS À LA DINDE POBLANO

avec guacamole maison



BONJOUR

ASSAISONNEMENT MEXICAIN

Un mélange d'épices qui donne toute sa saveur tex-mex aux fajitas!

TEMPS: 35 MIN



Escalopes de dinde



Oignon rouge, en tranches



Piment poblano



Maïs en grains



Assaisonnement mexicain



Avocat



Tortillas de blé, 15 cm



Lime



Coriandre



Ail

SORTEZ

- Bol moyen
- Presse-purée
- Plaques à cuisson (2)
- Presse-ail
- Papier parchemin
- Sel et poivre
- Cuillères à mesurer
- Huile d'olive ou de canola
- Essuie-tout

INGRÉDIENTS

4 pers

- Escalopes de dinde 680 g
- Oignon rouge, en tranches 113 g
- **Piment poblano** 🌶️ 320 g
- Maïs en grains 227 g
- Assaisonnement mexicain 2 c. à table
- Avocat 2
- Tortillas de blé, 15 cm 1,4,9 12
- Lime 2
- Coriandre 14 g
- Ail 12 g

ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soya, les sulfites, les noix et le blé.

- | | |
|-----------------|---------------------------|
| 0 Fish/Poisson | 6 Mustard/Moutarde |
| 1 Wheat/Blé | 7 Peanut/Cacahuète |
| 2 Milk/Lait | 8 Sesame/Sésame |
| 3 Egg/Oeuf | 9 Sulphites/Sulfites |
| 4 Soy/Soja | 10 Crustacean/Crustacé |
| 5 Tree Nut/Noix | 11 Shellfish/Fruit de Mer |

*Wash and dry all produce.

**Cook to a min. internal temp. of 74° C/165° F.



BON DÉPART



Préchauffer le four à **425° F** (pour rôtir la dinde et les légumes). Commencer à cuisiner lorsque le four est à la bonne température!



1 PRÉPARATION

Laver et sécher tous les aliments.*

Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Peler l'**avocat**, puis le couper en cubes de 1,25 cm (½ po). Hacher grossièrement la **coriandre**. Presser **une lime**, puis couper **l'autre** en quartiers. Éviter les **poblanos**, puis les couper en lanières de 1,25 cm (½ po). (**NOTE:** il est recommandé de porter des gants de cuisine pour couper les piments!)



4 FAIRE LE GUACAMOLE

Entre-temps, dans un bol moyen, écraser l'**avocat** et y incorporer le **jus de lime**, **la moitié** de la **coriandre** et **le reste** de l'**ail**. **Saler** et **poivrer**. Réserver.



2 RÔTIR LES LÉGUMES

Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **poblanos**, le **maïs** et les **oignons** de **1 c. à table** d'**huile**. **Saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce que les **légumes** soient tendres, de 12 à 15 min.



5 CHAUFFER LES TORTILLAS

Envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout et réchauffer au micro-ondes jusqu'à ce qu'elles soient souples, 1 min.



3 RÔTIR LA DINDE

Entre-temps, sécher la **dinde** avec un essuie-tout, puis la couper en lanières de 1,25 cm (½ po). Sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser la **dinde** et **la moitié** de l'**ail** de **1 c. à table** d'**huile**, puis saupoudrer d'**assaisonnement mexicain**. **Saler** et **poivrer**. Rôtir sur la grille du **bas** jusqu'à ce que la dinde soit entièrement cuite, de 10 à 12 min. (**ASTUCE:** cuire à une temp. interne minimale de 74° C/165° F.**)



6 FINIR ET SERVIR

Garnir les **tortillas** de **guacamole**, de **dinde** et de **légumes**. Saupoudrer **du reste** de **coriandre** et arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

SENSATIONNEL

Ne vous laissez pas bernier par sa simplicité; ce plat déborde de saveurs!