



# Chili copieux au bœuf et aux haricots noirs

avec patates douces assaisonnées à la mexicaine

Familiale

Épicée (au goût)

30 minutes



Bœuf haché



Patate douce



Concentré de  
bouillon de bœuf



Base de sauce  
tomate



Crème sure



Tomates broyées



Assaisonnement  
mexicain



Haricots noirs



Coriandre



Poudre de chipotle



Cheddar, râpé

## BONJOUR POUDRE DE CHIPOTLE

Des piments jalapeno fumés, qui une fois séchés, sont moulus en une poudre épicée!



## D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 3 (doubler la qté pour 4 pers.):

- Doux : 1/8 c. à thé
- Moyen : 1/4 c. à thé
- Épicé : 1/2 c. à thé

## Matériel requis

Plaque à cuisson, épluche-légumes, cuillères à mesurer, tamis, tasses à mesurer, grande casserole

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Patate douce	340 g	680 g
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Base de sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Tomates broyées	370 ml	740 ml
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Haricots noirs	370 ml	740 ml
Coriandre	7 g	7 g
Poudre de chipotle 🌶️	1/4 c. à thé	1/2 c. à thé
Cheddar, râpé	1/4 tasse	1/2 tasse
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* 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

Facebook Instagram YouTube @HelloFreshCA



## Rôtir les patates douces

- Peler et couper les **patates douces** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Sur une plaque à cuisson, arroser les **patates douces** de 1/2 c. à soupe d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement mexicain**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 18 à 20 min ou jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées, en retournant à mi-cuisson.



## Cuire le chili

- Ajouter à la casserole le **concentré de bouillon**, les **haricots**, les **tomates broyées** et 1/2 tasse du **liquide réservé** (doubler la qté pour 4 pers.). (**CONSEIL** : Pour un chili plus épais, utiliser moins de liquide!)
- Réduire à feu moyen-doux. Laisser mijoter de 6 à 9 min ou jusqu'à ce que le **chili** épaississe légèrement, en remuant à l'occasion.
- **Saler** et **poivrer**.



## Préparer

- Entre-temps, égoutter les **haricots** en réservant le **liquide**, puis les rincer.
- Hacher grossièrement la **coriandre**.



## Terminer et servir

- Incorporer les **patates douces assaisonnées** dans le **chili**.
- Répartir le **chili** dans les bols. Garnir de **fromage** et de **coriandre**.
- Couronner d'**un soupçon** de **crème sure**.

Le souper, c'est réglé!



## Commencer le chili

- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter 1/2 c. à soupe d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **bœuf**, le **reste** de l'**assaisonnement mexicain** et 1/4 c. à thé de **poudre de chipotle**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, ou jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Ajouter la **base de sauce tomate**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min ou jusqu'à ce que le **bœuf** soit enrobé, en remuant souvent. **Saler** et **poivrer**.