

Poêlée de riz au bœuf tex-mex avec cheddar et crème à la lime

Familiale

35 minutes



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!



Bœuf haché



Dinde hachée



Épices à enchilada



Salsa de tomates



Poivron



Riz basmati



Concentré de
bouillon de poulet



Cheddar, râpé



Crème sure



Sel d'ail



Lime



Coriandre

BONJOUR SALSA DE TOMATES

Idéal comme trempette ou comme base, ce fameux condiment mexicain rehaussera le goût de vos plats!

D'abord

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

Matériel requis

Grande poêle allant au four, cuillères à mesurer, zesteur, casserole moyenne, petit bol, tasses à mesurer

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Dinde hachée	250 g	500 g
Épices à enchilada	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Salsa de tomates	½ tasse	1 tasse
Poivron	160 g	320 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Cheddar, râpé	½ tasse	1 tasse
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Lime	1	1
Coriandre	7 g	7 g
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-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Faire cuire le riz

Dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse d'eau**, **½ c. à thé de sel** (doubler les quantités pour 4 personnes), le **concentré de bouillon** et la **moitié des épices à enchilada**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Incorporer le **riz**, puis réduire à feu doux. Faire cuire à couvert de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** ait été absorbée. Retirer la casserole du feu. Réserver, à couvert.



Terminer le bœuf

Ajouter les morceaux de **poivron** à la poêle contenant le **bœuf**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **poivrons** ramollissent légèrement. Saupoudrer de **sel d'ail** et du **reste des épices à enchilada**. Faire cuire pendant 30 secondes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme. Ajouter la **salsa**. Continuer la cuisson en remuant souvent, jusqu'à ce que le **mélange** épaississe légèrement, de 1 à 2 minutes.



Préparer

Entre-temps, évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Hacher grossièrement la **coriandre**. Zester, puis presser la **moitié** de la **lime** (utiliser la lime entière pour 4 personnes).



Assembler et faire rôtir

Ajouter le **riz** à la poêle contenant le **bœuf** et les **poivrons**. **Salier** et **poivrer**, au goût. Bien mélanger. Retirer la poêle du feu. (**REMARQUE** : À défaut d'une poêle allant au four, transférer le mélange dans un plat de cuisson.) Parsemer le tout de la **moitié** de la **coriandre**, puis du **fromage**. Faire rôtir au **centre** du four jusqu'à ce que le **fromage** fonde, de 2 à 3 minutes.



Commencer le bœuf

Faire chauffer une grande poêle allant au four à feu moyen-élevé. (**REMARQUE** : À défaut d'une poêle allant au four, utiliser une grande poêle antiadhésive.) Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **bœuf**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. Égoutter soigneusement, puis jeter l'excès de gras.

Si vous avez choisi la **dinde**, faites-la cuire en suivant les mêmes directives que celles pour le **bœuf**.



Terminer et servir

Entre-temps, ajouter dans un petit bol la **crème sure**, le **zeste de lime**, **½ c. à thé de jus de lime**, **½ c. à soupe d'eau** et **une pincée de sucre** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Salier** et **poivrer**, au goût. Bien mélanger. Répartir le **riz** et le **bœuf** dans les bols. Couronner d'un **souffçon de crème à la lime**. Parsemer du **reste** de la **coriandre**.

Le repas est prêt!