

Salade style taco au bœuf

avec pico de gallo et vinaigrette crémeuse à la lime

Faible en glucides

Épicée (au goût)

Rapido

25 minutes



Bœuf haché



Guacamole



Tomate Roma



Lime



Oignon vert



Poivron



Crème sure



Mélange d'épices à enchilada



Cheddar, râpé



Mélange printanier



Poudre de chipotle

BONJOUR ASSAISONNEMENT MEXICAIN

Fumé, sucré et épicé réunis pour une parfaite saveur tex-mex!

D'abord

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

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 :

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

Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, cuillère à rainures, zesteur, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Guacamole	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Tomate Roma	80 g	160 g
Lime	1	2
Oignon vert	1	2
Poivron	160 g	320 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Mélange d'épices à enchilada	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Cheddar, râpé	1/4 tasse	1/2 tasse
Mélange printanier	113 g	227 g
Poudre de chipotle 🌶️	1/4 c. à thé	1/4 c. à thé
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

📱📧📷📺 @HelloFreshCA



Préparer

- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Émincer les **oignons verts**.
- Zester, puis presser la **lime**.



Faire la vinaigrette crémeuse à la lime

- Dans un petit bol, ajouter la **crème sure**, le **zeste de lime** et **1 1/2 c. à soupe** d'eau (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.



Cuire le bœuf

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **bœuf** à la poêle sèche. Cuire le **bœuf** de 4 à 5 min, en le défaisant en morceaux, ou jusqu'à ce que perde sa couleur rosée**. Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Ajouter les **épices à enchilada** et **1/4 c. à thé** de **poudre de chipotle**. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Cuire pendant 30 s ou jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme, en remuant souvent.
- À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bœuf** dans un bol moyen. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.



Assaisonner la salade

- Ajouter le **reste** du **jus de lime** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.) dans un grand bol. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange printanier**, puis remuer pour enrober.



Faire le pico de gallo

- Entre-temps, ajouter dans un bol moyen les **tomates**, les **poivrons**, la **moitié** du **jus de lime**, la **moitié** des **oignons verts** et **1/2 c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.



Terminer et servir

- Répartir la **salade** dans les bols. Garnir de **bœuf**, de **pico de gallo** et de **guacamole**.
- Arroser d'**un filet** de **vinaigrette crémeuse à la lime**, puis parsemer de **cheddar** et du **reste** des **oignons verts**.

Le souper, c'est réglé!