

Tortas mexicains au bœuf

avec piments poblanos grillés

20 minutes

Épicée



Steaks de bœuf



Pain à sous-marin



Assaisonnement mexicain



Oignon, en tranches



Lime



Piment poblano



Bébés épinards



Petites tomates



Coriandre



Mayonnaise



Monterey Jack, râpé



Poudre de chipotle

BONJOUR « TORTA »

Un sandwich mexicain qui peut être servi chaud ou froid!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (température élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

3 plaques à cuisson, poêle antiadhésive moyenne, cuillères à mesurer, zesteur, papier d'aluminium, grand bol, petit bol, fouet, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steaks de bœuf	285 g	570 g
Pain à sous-marin	2	4
Assaisonnement mexicain	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon, en tranches	56 g	113 g
Lime	1	1
Piment poblano 🌶️	160 g	320 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Petites tomates	113 g	227 g
Coriandre	7 g	7 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Monterey Jack, râpé	½ tasse	1 tasse
Poudre de chipotle 🌶️	½ c. à thé	1 c. à thé
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F) pour un steak médium-saignant. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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

Partagez vos photos en mentionnant
#LaVieHelloFresh
Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Faire griller les légumes

Évider, puis couper le **poblano** en lanières de 0,5 cm (¼ po). Sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium, arroser les **oignons** et le **poblano** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Faire rôtir les **légumes** au **centre** du four de 5 à 6 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient tendres.



Assembler la salade

Dans un grand bol, fouetter le **jus de lime**, le **zeste de lime**, **1 c. à soupe d'huile** et **½ c. à thé de sucre** (doubler les quantités pour 4 personnes). Ajouter les **tomates** et les **épinards**. Bien mélanger.



Faire cuire les steaks

Pendant que les **légumes** grillent, sécher les **steaks** avec un essuie-tout. Assaisonner tous les côtés de la **moitié** de la **poudre de chipotle** (doubler la quantité pour 4 personnes) et de la **moitié** de l'**assaisonnement mexicain**, puis **saler**. Faire chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **steaks**. Saisir de 1 à 2 minutes par côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Retirer la poêle du feu et transférer les **steaks** sur une plaque à cuisson. Faire griller sur la grille du **bas** du four de 5 à 8 minutes, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.



Faire griller les pains

Lorsque les **steaks** sont cuits, les transférer sur une planche à découper et les laisser reposer de 2 à 3 minutes. Couper les **pains** en deux et les disposer sur une troisième plaque à cuisson, côté coupé vers le haut. Parsemer de **fromage**. Faire gratiner sur la grille du **haut** du four de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que le **fromage** fonde. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Préparer la sauce et la salade

Pendant que les **steaks** cuisent, couper les **tomates** en deux. Zester et presser la **moitié** de la **lime** (utiliser la lime entière pour 4 personnes). Couper le **reste** de la **lime** en quartiers. Hacher grossièrement la **coriandre**. Dans un petit bol, mélanger la **mayonnaise**, la **coriandre** et le **reste** de l'**assaisonnement mexicain**. Réserver.



Terminer et servir

Trancher les **steaks**. Étaler le **mélange de mayo** sur les **tranches de pain inférieures**, puis garnir de **steak** et de **légumes**. Couronner des **tranches de pain supérieures**. Répartir les **tortas au bœuf** et la **salade** dans les assiettes. Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le repas est prêt!