

Tacos au bœuf juteux

avec riz assaisonné et feta

Familiale

30 minutes



Bœuf haché



Tortillas de farine
(15 cm [6 po])



Crème sure



Assaisonnement
mexicain



Feta, émietté



Oignon jaune



Lime



Épices à enchilada



Salsa aux tomates



Riz au jasmin



Poivron vert



Purée d'ail

BONJOUR FETA

Ce fromage grec est vieilli en saumure, lui offrant une touche salée additionnelle!

D'abord

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, zesteur, casserole moyenne, petit bol, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Tortillas de farine (15 cm [6 po])	6	12
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Feta, émietté	¼ tasse	½ tasse
Oignon jaune	113 g	226 g
Lime	1	2
Épices à enchilada	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Salsa aux tomates	½ tasse	1 tasse
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Poivron vert	200 g	400 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Faire cuire le riz

Faire chauffer une casserole moyenne à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **épices à enchilada**. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme. Ajouter le **riz**, **1 ¼ tasse d'eau** et **¼ c. à thé de sel** (doubler les quantités pour 4 personnes). Porter à ébullition à feu élevé, puis baisser à feu doux. Faire cuire à couvert de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé. Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.



Terminer la garniture de bœuf

Ajouter la **salsa**, le **jus de lime** et **½ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans la poêle, puis bien mélanger. Porter à ébullition à feu élevé, puis baisser à feu moyen-doux. **Salier et poivrer**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe.



Préparer

Pendant que le **riz** cuit, zester la **lime**, puis en presser la **moitié**. Couper le **reste** de la **lime** en quartiers. Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 0,5 cm (¼ po).



Faire la crème à la lime et faire chauffer les tortillas

Pendant que la **sauce** cuit, ajouter la **crème sure** et le **zeste de lime** dans un petit bol. **Salier et poivrer**, au goût, et bien mélanger. Envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout. Faire chauffer au micro-ondes pendant 1 minute, jusqu'à ce qu'elles soient chaudes et souples. (**CONSEIL** : Cette étape est facultative!)



Commencer la garniture de bœuf

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter 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. Ajouter l'**assaisonnement mexicain**, les **oignons**, les **poivrons** et la **purée d'ail**. **Salier et poivrer**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent légèrement.



Terminer et servir

Séparer les **grains de riz** à la fourchette. Répartir les **tortillas** dans les assiettes. Garnir les **tortillas** d'**un peu de riz**, puis de **garniture de bœuf** et de **crème à la lime**. Parsemer de **feta**. Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût. Servir le **reste du riz** en accompagnement.

Le repas est prêt!