

# Tacos de poisson au chipotle

avec salsa d'ananas et salade de chou crémeuse

Épicée

Rapido

25 minutes



Barramundi



Sauce au chipotle



Purée d'ail



Salade de chou



Mayonnaise



Tortillas de farine  
(15 cm [6 po])



Lime



Coriandre



Ananas



Oignon, haché

BONJOUR ANANAS

*Ce fruit ajoute une touche sucrée et juteuse aux plats savoureux!*

## D'abord

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

## Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, zesteur, papier d'aluminium, grand bol, 2 petits bols, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Barramundi	282 g	564 g
Sauce au chipotle 🌶️	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Salade de chou	170 g	340 g
Mayonnaise	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Tortillas de farine (15 cm [6 po])	6	12
Lime	1	2
Coriandre	7 g	14 g
Ananas	95 g	190 g
Oignon, haché	56 g	113 g
Sucre*	1/16 c. à thé	1/8 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 70 °C (158 °F). 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

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

📱 @HelloFreshCA



## Faire cuire le barramundi

Sécher le **barramundi** avec un essuie-tout. Placer le **barramundi** sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium, côté peau vers le bas. **Saler et poivrer**. Dans un petit bol, combiner la **moitié** de la **purée d'ail**, **1 c. à thé d'huile** et **1/2 c. à soupe de sauce au chipotle** (doubler les quantités pour 4 personnes). Étendre le **mélange de chipotle et d'ail** sur le dessus du **barramundi**. Faire griller au **centre** du four de 8 à 10 minutes, jusqu'à ce que le **barramundi** soit entièrement cuit\*\*.



## Préparer la salade de chou crémeuse

Ajouter la **salade de chou**, le **zeste de lime**, le **reste des oignons**, le **reste de la coriandre**, le **reste de la purée d'ail**, le **reste du jus de lime** et le **reste de la mayonnaise** dans un grand bol. **Saler, poivrer** et assaisonner d'une **pincée de sucre**, au goût. Bien mélanger.



## Préparer et faire la mayo au chipotle

Entre-temps, zester et presser la **moitié** de la **lime**. Couper le **reste** de la **lime** en quartiers. Couper l'**ananas** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po). Hacher grossièrement la **coriandre**. Dans un autre petit bol, ajouter le **reste de la sauce au chipotle**, **1 c. à soupe de mayonnaise** et **1/2 c. à soupe d'eau** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler**, au goût, et bien mélanger.



## Faire chauffer les tortillas

Envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout. Faire chauffer au micro-ondes jusqu'à ce que les **tortillas** soient chaudes et souples, pendant 1 minute. (**CONSEIL** : Cette étape est facultative.)



## Préparer la salsa

Dans un bol moyen, ajouter les morceaux d'**ananas**, la **moitié** des **oignons**, la **moitié** de la **coriandre** et la **moitié** du **jus de lime**. **Saler et poivrer**, au goût. Bien mélanger.



## Terminer et servir

Enlever et jeter la peau du barramundi. À l'aide de deux fourchettes, émietter délicatement le **barramundi** en bouchées. Répartir les **tortillas** dans les assiettes, puis garnir de **salade de chou crémeuse** et de **barramundi**. Napper le tout de **salsa d'ananas** et de **mayo au chipotle**. Servir avec les **quartiers de lime**.

## Le repas est prêt!