

# Taquitos au bœuf et au maïs

avec salade hachée

Familiale

30 minutes



Bœuf haché



Assaisonnement mexicain



Tortillas de farine (15 cm [6 po])



Maïs en grains



Ail



Mélange printanier



Cheddar, râpé



Tomates Roma



Oignons verts



Base pour sauce tomate



Lime



Crème sure

## BONJOUR TAQUITOS

*Ce grand favori de la cuisine de rue mexicaine est normalement frit. Pour lui donner une touche santé, faites-le cuire au four!*

## D'abord

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

## Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, tamis, grand bol, papier parchemin, fouet, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Tortillas de farine (15 cm [6 po])	6	12
Maïs en grains	113 g	227 g
Ail	6 g	12 g
Mélange printanier	56 g	113 g
Cheddar, râpé	1 tasse	2 tasses
Tomates Roma	80 g	160 g
Oignons verts	2	4
Base pour sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Lime	1	2
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
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 74 °C (165 °F).

## Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

*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



## Préparer

Émincer les **oignons verts**. Couper les **tomates** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Presser la **lime**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Égoutter, puis rincer le **maïs**.



## Faire cuire les taquitos

Badigeonner les **taquitos** avec **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les parsemer du **reste** du **fromage**. Faire griller au **centre** du four de 6 à 8 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.



## Préparer la garniture

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. 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 et jeter l'excès de gras. Ajouter l'**assaisonnement mexicain**, la **base pour sauce tomate** et l'**ail**. Faire cuire pendant 1 minute, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. Ajouter la **moitié** du **maïs** (utiliser tout le maïs pour 4 personnes) et **2 c. à soupe d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Poursuivre la cuisson de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **mélange** épaississe légèrement. Retirer du feu.



## Préparer la salade

Pendant que les **taquitos** cuisent, fouetter dans un grand bol **1 c. à soupe** de **jus de lime**, **½ c. à thé** de **sucre** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). Ajouter le **mélange printanier**, les **tomates** et la **moitié** des **oignons verts**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.



## Assembler les taquitos

Disposer les **tortillas** sur une surface propre. Répartir le **mélange de bœuf** au centre de **chaque tortilla**. Parsemer **chaque tortilla** de **1 c. à table** de **fromage**. Rouler les **tortillas** fermement pour envelopper la **garniture** et le **fromage**, puis les placer, joint vers le bas, sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.



## Terminer et servir

Répartir les **taquitos au bœuf** dans les assiettes. Couronner de **crème sure** et parsemer du **reste** des **oignons verts**. Servir la **salade** en accompagnement.

## Le repas est prêt!