



Tacos de poulet façon pollo asada avec piments forts grillés

Tacos gastronomiques

Épicée

30 minutes



Poitrines de poulet
2 | 4



Piment fort
1 | 2



Pâte tex-mex
1 c. à soupe |
2 c. à soupe



Crème sure
2 | 4



Tomate
1 | 2



Lime
1 | 2



Salsa de tomates
½ tasse |
1 tasse



Tortillas de farine
6 | 12



Oignon jaune
1 | 2



Guacamole
3 c. à soupe |
6 c. à soupe



Sauce au chipotle
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Feta, émietté
¼ tasse |
½ tasse



Croustilles de maïs
85 g | 170 g

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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



Préparer

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

- Évider, puis couper le **piment fort** en lanières de 0,5 cm (¼ po).
- Couper l'**oignon** en deux, le peler, puis le couper en tranches de 1,25 cm (½ po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Zester, puis presser la **moitié** de la **lime**. Couper le **reste** de la **lime** en quartiers.

2



Préparer et mariner le poulet

- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout, puis le couper en cube de 1,25 cm (½ po).
- Dans un bol moyen, ajouter le **poulet**, la **pâte tex-mex**, le **zeste de lime** et ½ c. à soupe (1 c. à soupe) de **jus de lime**.
- **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Réserver.

3



Préparer la crème au chipotle

- Dans un petit bol, ajouter la **sauce au chipotle**, la **crème sure** et ½ c. à thé (1 c. à thé) de **jus de lime**.
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.

4



Griller le poulet et les légumes

- Transférer le **poulet** sur une moitié d'une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium. Étendre en une couche uniforme.
- Griller le **poulet** dans le **haut** du four de 4 à 6 min, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré.
- Retirer la plaque à cuisson du four avec précaution. Sur l'autre moitié de la plaque à cuisson, arroser les **oignons** et les **piments forts** de 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Griller le **poulet** et les **légumes** dans le **haut** du four de 3 à 6 min, jusqu'à ce que les **légumes** soient bien grillés et que le **poulet** soit entièrement cuit**.

5



Chauffer les tortillas

- Entre-temps, envelopper les **tortillas** dans du papier d'aluminium et les placer dans le bas du four. Chauffer de 4 à 5 min. (**CONSEIL** : Cette étape est facultative.)

6



Terminer et servir

- Répartir les **piments forts** et les **oignons** dans les **tortillas**. Garnir de **poulet**, de **tomates** et de **feta**.
- Napper d'**un peu** de **crème au chipotle**.
- Servir avec le **reste** des **quartiers de lime**.
- Servir la **salsa**, le **guacamole** et les **croustilles** en accompagnement.

* L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.