



Fajitas de poulet grillé

avec sauce crémeuse au chipotle

Barbecue

30 minutes



Poitrines de poulet*
2 | 4

Protéine personnalisable

+ Ajouter

Changer

ou

x2 Doubler

Si vous avez choisi de modifier votre protéine, il vous suffit de suivre les icônes et les instructions spécifiques au verso de la fiche dans la colonne de droite, et le tour est joué. Vous pouvez également consulter votre recette personnalisée en ligne, à la page hellofresh.ca



Filets de poitrine de poulet
310 g | 620 g



Tortillas de farine
6 | 12



Crème sure
1 | 2



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



Poivron
1 | 2



Oignon jaune
1 | 2



Mélange d'épices à enchilada
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Feta, émietté
¼ tasse | ½ tasse

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 et faire la sauce au chipotle

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 260 °C (500 °F) à feu moyen-élevé.

[Changer](#) | [Poitrines de poulet](#)

- Envelopper les **tortillas** dans du papier d'aluminium (2 paquets pour 4 pers.).
- Dans un petit bol, ajouter la **crème sure** et la **sauce au chipotle**. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.
- Évider, puis couper le **poivron** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Peler, puis couper l'**oignon** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Dans un grand bol, ajouter le **poulet** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, et assaisonner de la **moitié** du **mélange d'épices à enchilada**. Remuer pour enrober.

4



Terminer le poulet

[Changer](#) | [Poitrines de poulet](#)

- Couper les **longs morceaux** de **poulet** en deux, sur la largeur.

2



Cuire les oignons et les poivrons

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **oignons** et les **poivrons**. Cuisson de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants. **Saler** et **poivrer**, et assaisonner du **reste** du **mélange d'épices à enchilada**.
- Transférer les **légumes** dans une assiette. Couvrir pour garder chaud.

3



Cuire le poulet et réchauffer les tortillas

- Disposer le **poulet** sur une moitié de la grille du barbecue.
- Placer les **tortillas** sur la grille du barbecue, à côté du poulet. Refermer le couvercle.
- Griller le **poulet** et les **tortillas** de 2 à 3 min par côté, en retournant une fois, jusqu'à ce que les **tortillas** soient chaudes et que le **poulet** soit entièrement cuit**.

5



Terminer et servir

- Répartir les **tortillas** dans les assiettes, puis garnir de **légumes** et de **poulet**.
- Arroser d'**un filet** de **sauce au chipotle**.
- Parsemer de **feta**.

* 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.

Unités de mesure à chaque étape | **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) | **d'huile** | 2 personnes | 4 personnes | Ingrédient

1 | Préparer et faire la sauce au chipotle

[Changer](#) | [Poitrines de poulet](#)

Si vous avez choisi les **poitrines de poulet**, les préparer et cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et cuire les **filets de poitrine de poulet**, puis augmenter la cuisson à la grille à 4 à 7 min par côté**.

4 | Terminer le poulet

[Changer](#) | [Poitrines de poulet](#)

Trancher finement le **poulet**.