



Wraps façon burger de porc au fromage

avec salade verte

15 minutes

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

Changer



Bœuf haché

250 g | 500 g



Porc haché

250 g | 500 g



Cornichon à l'aneth, en tranches

90 ml | 180 ml



Tortillas de farine

6 | 12



Cheddar, râpé

½ tasse | 1 tasse



Mayonnaise

2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Paprika fumé

¼ c. à thé | ½ c. à thé



Oignon jaune, haché

56 g | 113 g



Mélange printanier

113 g | 227 g



Petites tomates

113 g | 227 g



Sel d'ail

¼ c. à thé | ½ c. à thé



Ketchup

2 c. à soupe | 4 c. à soupe

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 la sauce

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- À l'aide d'un tamis, égoutter les **cornichons**, en réservant la saumure dans un grand bol.
- Sécher les **cornichons** avec un essuie-tout, puis en hacher finement la moitié.
- Dans un petit bol, ajouter les **cornichons hachés**, la **mayonnaise**, le **ketchup** et **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **paprika fumé**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.

2



Assembler la salade

- Couper les **tomates** en deux.
- Dans le grand bol contenant la **saumure à cornichons**, ajouter la **moitié** de la **sauce**. Bien mélanger en fouettant.
- Dans le même bol, ajouter la **moitié** du **mélange printanier** et les **tomates**. Réserver.

3



Cuire la garniture

Changer | **Bœuf haché**

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **oignons**. Cuire pendant 1 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement croquants.
- Ajouter le **bœuf**. Poursuivre la cuisson de 3 à 4 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Assaisonner de **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sel d'ail** et **poivrer**.
- Parsemer la **viande** de **fromage**. Couvrir, puis retirer du feu.

4



Chauffer les tortillas

- Entre-temps, envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout.
- Réchauffer au micro-ondes pendant 1 min, jusqu'à ce que les **tortillas** soient chaudes et souples. (**CONSEIL** : Cette étape est facultative.)
- Couper le **reste** des **cornichons** en deux.

5



Terminer et servir

- Répartir la **garniture de porc fromagée** et les **cornichons** dans les **tortillas**.
- Garnir du **reste** de la **sauce**, puis du **reste** du **mélange printanier**.
- Rouler les **tortillas**. Mélanger la **salade**.
- Répartir les **wraps** et la **salade** dans les assiettes.

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

3 | Cuire la garniture

Changer | **Bœuf haché**

Si vous avez choisi le **bœuf haché**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **porc****.

**Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).