



# Wraps de bœuf façon Europe de l'Est

## avec sauce crémeuse au feta et tartinade aux poivrons

15 minutes

Changer



Chorizo,  
sans boyau  
250 g | 500 g

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](https://hellofresh.ca)



Bœuf haché  
250 g | 500 g



Pain plat  
2 | 4



Pesto de poivrons  
rôtis  
¼ tasse | ½ tasse



Feta, émietté  
¼ tasse | ½ tasse



Mayonnaise  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Crème sure  
1 | 2



Mélange paprika  
fumé et ail  
1 c. à soupe |  
2 c. à soupe



Mélange  
printanier  
56 g | 113 g



Oignon rouge  
1 | 2



Vinaigre de vin  
rouge  
1 c. à soupe |  
1 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 et mélanger les sauces

• Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,3 cm (1/8 po).
- Dans un petit bol, ajouter le **feta**, la **crème sure**, la **mayonnaise** et le **quart** des **oignons**. **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger. (**CONSEIL** : Si l'on n'aime pas l'oignon cru, ne pas en ajouter à la sauce.)
- Dans un grand bol, ajouter la **moitié** du **vinaigre** (toute la qté pour 4 pers.), **1/4 c. à thé** (1/2 c. à thé) de **sucre** et **1/2 c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger. (**REMARQUE** : C'est votre vinaigrette.)

4



### Assembler et servir

- Répartir les **pains plats** dans les assiettes.
- Étendre la **sauce au feta** sur **une moitié de chaque pain plat**.
- Garnir du **mélange de boeuf**.
- Garnir le **boeuf** d'**un peu de salade**.
- Napper du **reste** du **pesto de poivrons rôtis**. Replier les **pains plats** sur la **garniture**.
- Servir le **reste** de la **salade** en accompagnement.

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

2



### Cuire le boeuf

[Changer](#) | **Chorizo, sans boyau**

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu élevé.
- Ajouter à la poêle sèche le **boeuf**, le **mélange paprika fumé et ail** et le **reste** des **oignons**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **boeuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Ajouter la **moitié** du **pesto de poivrons rôtis**. **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger.

3



### Chauffer les pains plats et assembler la salade

- Envelopper les **pains plats** dans un essuie-tout.
- Réchauffer au micro-ondes pendant 1 min, jusqu'à ce que les **pains plats** soient chauds et souples. (**REMARQUE** : Cette étape est facultative.)
- Dans le bol contenant la **vinaigrette**, ajouter le **mélange printanier**. Remuer pour enrober.

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

## 2 | Cuire le chorizo

[Changer](#) | **Chorizo, sans boyau**

Si vous avez choisi le **chorizo**, le cuire et le servir de la même façon que la recette vous indique de cuire et de servir le **boeuf**\*\*.