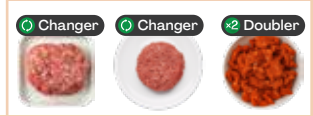




# Wraps de chorizo façon shawarma

## avec échalotes frites et sauce à l'ail

20 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](https://www.hellofresh.ca)

Boeuf haché 250 g | 500 g  
Beyond Meat® 2 | 4  
Chorizo, sans boyau 500 g | 1000 g



Chorizo, sans boyau  
250 g | 500 g



Tortillas de farine  
6 | 12



Tomate  
2 | 4



Chou rouge, émincé  
56 g | 113 g



Mélange printanier  
56 g | 113 g



Coriandre  
7 g | 14 g



Mayonnaise  
4 c. à soupe | 8 c. à soupe



Purée d'ail  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Mélange d'épices shawarma  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Échalotes frites  
28 g | 56 g



Vinaigre de riz assaisonné  
3 c. à soupe | 6 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



### Mariner le chou

- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Dans une petite casserole, ajouter le **chou**, **2 ½ c. à soupe** (5 c. à soupe) de **vinaigre**, **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**eau** et **2 c. à thé** (4 c. à thé) de **sucre**. **Saler**. Porter à légère ébullition à feu moyen-élevé.
- Laisser mijoter de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **sucre** soit dissous.
- Retirer du feu. Transférer le **chou** avec sa **marinade** dans un bol moyen. Réserver au frigo pour refroidir.

4



### Cuire le chorizo

- 🔄 [Changer](#) | [Bœuf haché](#)
- 🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)
- ✖2 [Doubl](#)er | [Chorizo, sans boyau](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **chorizo**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **chorizo** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Ajouter le **mélange d'épices shawarma**, le **reste** de la **purée d'ail** et **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau**.
- Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.

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

2



### Préparer

- Couper les **tomates** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Hacher finement la **coriandre**.

5



### Préparer les tortillas

- 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.)
- Disposer les **tortillas** sur une surface propre.
- Étendre **1 c. à thé** de **sauce à l'ail** au centre de **chaque tortilla**.

3



### Préparer la sauce à l'ail

- Dans un petit bol, ajouter la **purée d'ail**, la **moitié** de la **coriandre** et le **reste** du **vinaigre** dans un petit bol.
- **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.

6



### Terminer et servir

- Égoutter le **chou mariné** et jeter le **liquide**.
- Garnir les **tortillas** de **mélange printanier**, de **mélange de chorizo**, de **chou mariné** et de **tomates**.
- Arroser du **reste** de la **sauce à l'ail**.
- Répartir les **tortillas** dans les assiettes.
- Parsemer d'**échalotes frites** et du **reste** de la **coriandre**.

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

### 4 | Cuire le bœuf

🔄 [Changer](#) | [Bœuf haché](#)

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

### 4 | Cuire le Beyond Meat®

🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **chorizo**. Cuire de 5 à 6 min, en défaisant les **galettes** en bouchées, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes\*\*.

### 4 | Cuire le chorizo

✖2 [Doubl](#)er | [Chorizo, sans boyau](#)

Si vous avez doublé le **chorizo**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire la **portion régulière de chorizo**. Cuire en plusieurs étapes, au besoin.