



Salade de bœuf style fajita

avec crème à la lime

Repas futé

25 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)

Changer



Dinde hachée

250 g | 500 g

Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Bœuf haché

250 g | 500 g



Assaisonnement mexicain

2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Poivron

1 | 2



Oignon rouge

1 | 2



Gousses d'ail

2 | 4



Chou rouge, émincé

113 g | 226 g



Bébé épinards

113 g | 227 g



Yogourt grec

1 | 2



Lime

1 | 2

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, laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Évider, puis couper les **poivrons** en lanières de 0,5 cm (¼ po).
- Peler, puis couper l'**oignon** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Zester, puis presser la **lime**.

2



Cuire le bœuf

- 🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)
- 🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **bœuf**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter. Ajouter l'**ail**, la **moitié** de l'**assaisonnement mexicain**, puis cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épices** dégagent leur arôme. **Saler** et **poivrer**.
- Transférer le **bœuf** dans un bol moyen. Réserver.

4



Cuire les légumes

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen-élevé.
- Ajouter 1 **c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **poivrons**, les **oignons** et le **reste** de l'**assaisonnement mexicain**. **Saler** et **poivrer**, puis cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent légèrement.

5



Assaisonner la salade

- Entre-temps, mélanger dans un grand bol le **jus de lime**, 1 **c. à thé** (2 c. à thé) de **sucre** et 1 **c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- Ajouter le **chou** et les **bébés épinards**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

3



Préparer la crème à la lime

- Entre-temps, ajouter dans un petit bol le **yogourt**, le **zeste de lime** et 2 **c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

6



Terminer et servir

- Répartir la **salade** dans les assiettes.
- Garnir de **légumes**, puis de **bœuf**.
- Arroser d'un **filet** de **crème à la lime**.

2 | Cuire la dinde

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

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

2 | 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 **bœuf**. Cuire de 5 à 6 min, en défaisant les **galettes** en morceaux, jusqu'à ce que le **Beyond Meat®** soit croustillant**.

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