

# HELLO Chili végé copieux avec croustilles de maïs

Épicée

Végé

30 minutes





Protéine personnalisable + Ajouter () Changer

2 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





Croustilles de maïs 85 g | 170 g











1 | 2

Oignon vert



2 | 4





Tomates broyées à l'ail et aux oignons



1 | 2



Concentré de bouillon de légumes 1 | 2



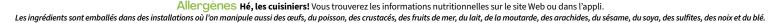
Assaisonnement mexicain 2 c. à soupe 4 c. à soupe



Poudre de chipotle

1 c. à thé | 1 c. à thé





Matériel | Grande casserole, tasses à mesurer, cuillères à mesurer, tamis



## Préparer

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Guide pour le niveau d'épice à l'étape 3 :
  - Doux : 1/8 c. à thé (1/4 c. à thé)
  - Moyen: ¼ c. à thé (½ c. à thé)
  - Épicé: ½ c. à thé (1 c. à thé)
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po).
- Émincer les oignons verts.



## Cuire les légumes

- 🛨 Ajouter | Bœuf haché 🗋
- 🖶 Ajouter | Chorizo, sans boyau
- Chauffer une grande casserole à feu moyen.
- Ajouter 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'huile, puis la mirepoix et les poivrons.
- Cuire de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** commencent à ramollir. **Saler** et **poivrer**.
- Entre-temps, égoutter et rincer les haricots.



## Assaisonner et cuire les légumes

- Dans la casserole contenant les légumes, aiouter l'assaisonnement mexicain et 1/2 c. à thé (1/4 c. à thé) de poudre de chipotle. (REMARQUE: Consulter le guide pour le niveau d'épice.)
- Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les épices dégagent leur arôme.



# recette comme indiqué.

2 | Cuire les légumes et le chorizo

4 à 6 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux

et en remuant souvent, jusqu'à ce que les

légumes ramollissent et que le bœuf soit

entièrement cuit\*\*. Suivre le reste de la

**1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'huile

4 personnes Ingrédient

mesure à

chaque étape 2 personnes

Si vous avez commandé 6 portions, triplez les

quantités de la recette pour 2 portions. Il se peut que vous ayez besoin de cuire en plusieurs étapes ou d'utiliser des plats de cuisson plus grands. À noter : De plus grandes quantités peuvent correspondre à des temps de cuisson plus longs, il faut donc suivre les indications visuelles et de température.

2 | Cuire les légumes et le bœuf

Ajouter | Bœuf haché

Si vous avez ajouté le **bœuf**, l'ajouter à

la poêle chaude avec la **mirepoix** et les

poivrons. Saler et poivrer. Cuire de

#### 🕀 Ajouter | Chorizo, sans boyau 🕽

Si vous avez ajouté le chorizo, ajouter 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'huile à la poêle chaude, puis le **chorizo**, la **mirepoix** et les poivrons. Saler et poivrer. Cuire de 4 à 6 min, en défaisant le **chorizo** en morceaux et en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissement et le **chorizo** soit entièrement cuit\*\*. Suivre le reste de la recette comme indiqué.



## Cuire le chili

- Dans la casserole, ajouter les tomates broyées, les haricots, le concentré de **bouillon** et 3/4 tasse (1 ½ tasse) d'eau. Porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen.
- Laisser mijoter de 12 à 15 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le chili épaississe légèrement.
- Poivrer, au goût.



### Terminer et servir

- Répartir le chili végé dans les bols.
- Couronner d'un soupçon de crème sure, puis parsemer de fromage et d'oignons verts.
- Servir les croustilles de maïs en accompagnement.