



# Quesadillas au bœuf et au porc

## avec maïs grillé et salsa de tomates et de concombres

Familiale

25 à 35 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



Mélange de bœuf  
et de porc hachés  
250 g | 500 g



Tortillas de farine  
6 | 12



Maïs en grains  
113 g | 226 g



Tomate  
1 | 2



Mini concombre  
1 | 2



Oignon jaune,  
haché  
56 g | 113 g



Lime  
1 | 2



Cheddar, râpé  
1/2 tasse | 1 tasse



Crème sure  
1 | 2



Base de sauce  
tomate  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Assaisonnement  
mexicain  
1 c. à soupe |  
2 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

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

- Couper le **concombre** en deux sur la longueur, puis en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Zester, puis presser la **moitié** de la **lime**. Couper le **reste** de la **lime** en quartiers.

2



## Cuire les légumes et préparer la salsa

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **oignons** et le **maïs**. Cuire de 5 à 6 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **maïs** soit légèrement grillé. Retirer du feu, puis transférer dans un grand bol.
- Entre-temps, fouetter dans un bol moyen ½ **c. à thé** (1 c. à thé) de **zeste de lime**, ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) de **jus de lime**, ½ **c. à thé** (1 c. à thé) de **sucré** et 1 **c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- Dans le bol contenant la **vinaigrette**, ajouter les **tomates** et les **concombres**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

3



## Cuire le mélange de bœuf et de porc

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **mélange de bœuf et de porc**. Défaire la **viande** en morceaux. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **viande** perde sa couleur rosée\*\*. Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Ajouter la **base de sauce tomate**, l'**assaisonnement mexicain** et 2 **c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **viande** soit enrobée.
- Retirer du feu. Transférer la **viande** dans le bol contenant les **oignons** et le **maïs**.

4



## Préparer la garniture

- Dans le bol contenant les **légumes** et la **viande**, ajouter le **fromage**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.
- Essuyer la poêle avec précaution.

5



## Assembler et cuire les quesadillas

- Disposer les **tortillas** sur une surface propre.
- Étendre uniformément la **garniture** sur la **moitié** de **chaque tortilla**. Replier les **tortillas** sur elles-mêmes, par-dessus la **garniture**.
- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 3) à feu moyen-élevé. Ajouter 3 **tortillas** à la poêle sèche. Cuire de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce que les **quesadillas** soient dorées. Transférer les **quesadillas** dans une assiette. Réduire à feu moyen et répéter les étapes avec le **reste** des **quesadillas**.

6



## Terminer et servir

- Dans un petit bol, mélanger la **crème sure** et ¼ **c. à thé** (½ c. à thé) de **zeste de lime**.
- Couper les **quesadillas** en quartiers, puis répartir dans les assiettes. Garnir de **salsa de tomates et de concombres**.
- Couronner d'**un soupçon** de **crème à la lime**.
- Arroser du **jus d'un quartier de lime**, si désiré.

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

## 3 | Cuire la dinde

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la **dinde**, ajouter à la poêle chaude 1 **c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis la **dinde**. Cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **mélange de bœuf et de porc**\*\*.

## 3 | 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 **mélange de bœuf et de porc**. Cuire de 5 à 6 min, en défaisant les **galettes** en bouchées, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes\*\*. Il n'est pas nécessaire d'égoutter l'excédent de gras.