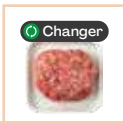




Bols super rapides au chorizo et à l'ananas

avec riz aux échalotes frites et guacamole

15 minutes



Boeuf haché

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



Chorizo, sans boyau
250 g | 500 g



Riz basmati
¾ tasse | 1 ½ tasse



Coupe d'ananas en dés
1 | 2



Oignon jaune, haché
56 g | 113 g



Coriandre
7 g | 14 g



Échalotes frites
28 g | 56 g



Guacamole
3 c. à soupe | 6 c. à soupe



Sauce au chipotle
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Assaisonnement mexicain
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Sel d'ail
1 c. à thé | 2 c. à thé

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



Cuire le riz

- Dans une casserole moyenne, ajouter 1 ¼ tasse (2 ½ tasses) d'eau et le sel d'ail.
- Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Ajouter le **riz** à l'**eau bouillante**.
- Couvrir et réduire à feu moyen-doux. Cuire de 12 à 14 min, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** ait été absorbée.
- **Saler** et **poivrer**, puis séparer le **riz** à la fourchette.

2



Préparer

- Entre-temps, déchirer la **coriandre**.

3



Cuire le chorizo

Changer | **Bœuf haché**

- 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 **chorizo**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **chorizo** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Ajouter l'**assaisonnement mexicain** et l'**ananas** avec son **jus**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **jus** ait été absorbé. **Saler** et **poivrer**.

4



Terminer et servir

- Séparer de nouveau le **riz** à la fourchette, puis ajouter la **moitié** des **échalotes frites**.
- Répartir le **riz** dans les bols. Garnir du **mélange de chorizo et d'ananas**.
- Arroser d'**un filet** de **sauce au chipotle**.
- Couronner d'**un soupçon** de **guacamole**.
- Parsemer de **coriandre** et du **reste** des **échalotes frites**.

3 | 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****. Retirer et jeter l'excédent de gras, si désiré.

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