



Taquitos aux poivrons et aux haricots noirs

avec Monterey Jack et salsa fraîche

Végé

30 minutes

+ Ajouter



Chorizo,
sans boyau
250 g | 500 g

Protéine personnalisable

+ Ajouter

○ Changer

ou

×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](https://www.hellofresh.ca)



Haricots noirs
1 | 2



Tortillas de farine
6 | 12



Poivron
1 | 2



Tomate
1 | 2



Oignon vert
2 | 4



Monterey Jack,
râpé
1 tasse | 2 tasses



Crème sure
2 | 4



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



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



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



Vinaigre de riz
assaisonné
½ c. à soupe |
1 c. à soupe



Guacamole
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



Préparer

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po).
- Émincer les **oignons verts**.

4



Assembler et cuire les taquitos

- Disposer les **tortillas** sur une surface propre.
- À l'aide d'une cuillère, répartir la **garniture de haricots** au centre de **chaque tortilla**, puis parsemer de la **moitié du fromage**.
- Rouler les **tortillas** fermement pour envelopper la **garniture**, puis les placer, joint vers le bas, sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Badigeonner les **taquitos** de **1 c. à thé** (2 c. à thé) d'**huile**, puis parsemer du **reste du fromage**.
- Cuire au **centre** du four de 7 à 10 min, jusqu'à ce que les **taquitos** soient dorés.

2



Cuire les légumes

+ Ajouter | Chorizo, sans boyau

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les trois quarts des **poivrons**.
- Cuire de 5 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent et soient dorés.
- Entre-temps, à l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **haricots noirs**.
- Ajouter les **haricots noirs** dans un grand bol, puis les écraser légèrement avec le dos d'une fourchette, jusqu'à ce qu'ils éclatent.

5



Préparer le pico de gallo aux poivrons

- Entre-temps, ajouter la **moitié du vinaigre**, **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** et **1/4 c. à thé** (1/2 c. à thé) de **sucré** dans le bol utilisé pour écraser les **haricots noirs**.
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.
- Ajouter les **tomates**, les **oignons verts** et le **reste des poivrons**. Bien mélanger.

3



Mélanger la garniture de taquitos

- Dans la poêle contenant les **légumes**, ajouter le **mélange d'épices à enchilada**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épices** dégagent leur arôme.
- Retirer la poêle du feu. Ajouter la **base de sauce tomate**, la **sauce au chipotle** et les **haricots noirs**.
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.

6



Terminer et servir

- Répartir les **taquitos** dans les assiettes.
- Couronner d'un **soupçon de crème sure** et de **guacamole**.
- Servir le **pico de gallo aux poivrons** en accompagnement.

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

2 | Cuire les légumes et le chorizo

+ Ajouter | Chorizo, sans boyau

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