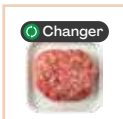




Pains plats super rapides au miel piquant et au chorizo

avec mozzarella
15 minutes



Boeuf haché
250 g | 500 g

Protéine personnalisable

+ Ajouter

Changeur

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)



- Chorizo, sans boyau
250 g | 500 g
- Pain plat
2 | 4
- Poivron
1 | 2
- Oignon jaune, haché
56 g | 113 g
- Mélange roquette et épinards
28 g | 56 g
- Mozzarella, râpée
¼ tasse | 1 ½ tasse
- Miel
1 | 2
- Sauce aux piments et à l'ail
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- Mélange paprika fumé et ail
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



Cuire le mélange de chorizo

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

🔄 [Changer](#) | [Bœuf haché](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Ajouter à la poêle chaude ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **chorizo**, les **oignons** et les **poivrons**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **chorizo** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.

4



Préparer la sauce et servir

- Dans un petit bol, mélanger le **miel** et la **sauce aux piments et à l'ail**. Bien mélanger en fouettant.
- Couper les **pains plats** en quatre, puis les répartir dans les assiettes. Garnir les **pains plats** du **mélange roquette et épinards**.
- Arroser d'un **filet** de **miel piquant**.

2



Assaisonner le mélange de chorizo

- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau** au **mélange de chorizo**, puis **saler, poivrer** et assaisonner du **mélange paprika fumé et ail**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, jusqu'à ce que l'**eau** s'évapore.
- Retirer du feu.

3



Assembler les pains plats

- Disposer les **pains plats** sur une plaque à cuisson non recouverte.
- Garnir du **mélange de chorizo**, puis parsemer de **fromage**.
- Griller au **centre** du four de 2 à 3 min, jusqu'à ce que les **pains plats** soient dorés et que le **fromage** fonde. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., griller les pains plats au centre du four, une plaque à cuisson à la fois.) (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

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

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.

1 | Cuire le mélange de 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****.

Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.

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