



Chili au bœuf et aux jalapenos

avec cheddar

Repas futé

Épicée

25 minutes

Changer



Dinde hachée
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](https://www.hellofresh.ca)



Bœuf haché
250 g | 500 g



Ciboulette
7 g | 14 g



Jalapeno
1 | 2



Poivron
1 | 2



Tomates broyées à l'ail et aux oignons
1 | 2



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



Crème sure
1 | 2



Cheddar, râpé
¼ tasse | ½ tasse



Oignon jaune
1 | 2



Purée d'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.

Quantités d'ingrédients 56 g | 113 g
2 personnes | 4 personnes

1



Préparer

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

- Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Hacher grossièrement la **ciboulette**.
- Évider, puis hacher finement le **jalapeno**. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)

2



Cuire les légumes

- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **poivrons** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **jalapenos**. (**REMARQUE** : Ajouter plus de jalapenos si vous préférez les plats épicés!)
- Cuire de 5 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- **Saler et poivrer**.
- Retirer du feu. Transférer les **légumes** dans une assiette.

3



Cuire le bœuf

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

- Chauffer la même casserole à feu moyen.
- Ajouter ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **bœuf** et les **oignons**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Ajouter la **purée d'ail** et l'**assaisonnement mexicain**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.
- **Saler et poivrer**.

4



Cuire le chili

- Dans la casserole contenant le **bœuf**, ajouter les **tomates broyées** et ½ **tasse** (1 tasse) d'**eau**. Bien mélanger, puis porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen.
- Laisser mijoter de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **chili** épaississe légèrement. (**CONSEIL** : Si le temps le permet, laisser mijoter plus longtemps. Plus le chili cuira longtemps, plus il sera savoureux!)

5



Terminer et servir

- Lorsque le **chili** sera cuit, ajouter les **légumes**. **Saler et poivrer**.
- Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient bien chauds.
- Répartir le **chili** dans les bols.
- Couronner d'**un soupçon** de **crème sure**, puis parsemer de **ciboulette** et de **fromage**.

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

3 | Cuire la dinde

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la **dinde**, la cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **bœuf****.

Ne pas tenir compte de l'instruction pour égoutter l'excédent de gras.