



# Nachos de lentilles au fromage

## avec crème à la lime et guacamole

Végé

Épicée

25 minutes

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)

+ Ajouter



Boeuf haché  
250 g | 500 g

+ Ajouter



Chorizo, sans  
boyaou  
250 g | 500 g



Lentilles rouges  
½ tasse | 1 tasse



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



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



Croustilles de maïs  
170 g | 340 g



Mozzarella, râpée  
¾ tasse | 1 ½ tasse



Guacamole  
3 c. à soupe |  
6 c. à soupe



Crème sure  
2 | 4



Oignon vert  
2 | 4



Tomate  
2 | 4



Lime  
1 | 2



Jalapeno  
1 | 2

**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 les lentilles

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

+ Ajouter | **Bœuf haché**

+ Ajouter | **Chorizo, sans boyau**

- Chauffer une casserole moyenne à feu moyen.
- Ajouter les **lentilles**, la **sauce au chipotle**, la **moitié** du **mélange d'épices à enchilada** et **1 ¼ tasse** (2 ½ tasses) d'**eau**. Porter à ébullition à feu élevé, puis réduire à feu moyen-doux.
- Cuire de 15 à 17 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **lentilles** soient tendres et que l'**eau** ait été absorbée.
- Retirer du feu.
- **Saler** et **poivrer**.

4



### Mariner les jalapenos

- Dans une petite casserole, ajouter les **jalapenos**, **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **jus de lime**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau** et **2 c. à thé** (4 c. à thé) de **sucre**. **Saler**.
- Porter à légère ébullition à feu moyen-élevé. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve.
- Retirer du feu. Transférer les **jalapenos** avec leur **marinade** dans un bol moyen.
- Laisser refroidir au frigo.

2



### Préparer

- Émincer les **oignons verts**.
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Zester, puis presser la **lime**.
- Trancher le **jalapeno** en rondelles de 0,5 cm (¼ po), en retirant les graines pour un goût plus doux. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)

5



### Assembler les nachos et préparer la crème à la lime

- Parsemer les **croustilles de maïs** de **fromage**, de **tomates** et de la **moitié** des **oignons verts**.
- Remettre au **centre** du four et rôtir de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde.
- Entre-temps, mélanger dans un petit bol la **crème sure**, **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **zeste de lime**, **½ c. à thé** (1 c. à thé) de **jus de lime** et **2 c. à thé** (4 c. à thé) d'**eau**.
- **Saler**, puis bien mélanger.

3



### Cuire les croustilles de maïs

- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **croustilles de maïs** de **1 ½ c. à soupe** (3 c. à soupe) d'**huile**, puis saupoudrer du **reste** du **mélange d'épices à enchilada**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 2 à 3 min, jusqu'à ce que les **croustilles** soient bien chaudes.

6



### Terminer et servir

- Retirer les **nachos** du four, puis couronner d'un **souçon** de **lentilles au chipotle**.
- Arroser d'un **filet** de **crème à la lime**.
- Parsemer de **jalapenos marinés** et du **reste** des **oignons verts**.
- Servir le **guacamole** comme trempette.

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 les lentilles et le bœuf

+ Ajouter | **Bœuf haché**

Si vous avez ajouté le **bœuf**, chauffer la casserole à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **bœuf**. **Saler** et **poivrer**. Cuire de 4 à 6 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux et en remuant souvent, jusqu'à ce que le **bœuf** soit entièrement cuit\*\*. Retirer et jeter l'excédent de gras, si désiré. Suivre le reste de la recette comme indiqué.

## 1 | Cuire les lentilles et le chorizo

+ Ajouter | **Chorizo, sans boyau**

Si vous avez ajouté le **chorizo**, chauffer la casserole à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **chorizo**. **Saler** et **poivrer**. Cuire de 4 à 6 min, en défaisant le **chorizo** en morceaux et en remuant souvent, jusqu'à ce que le **chorizo** soit entièrement cuit\*\*. Retirer et jeter l'excédent de gras, si désiré. Suivre le reste de la recette comme indiqué.