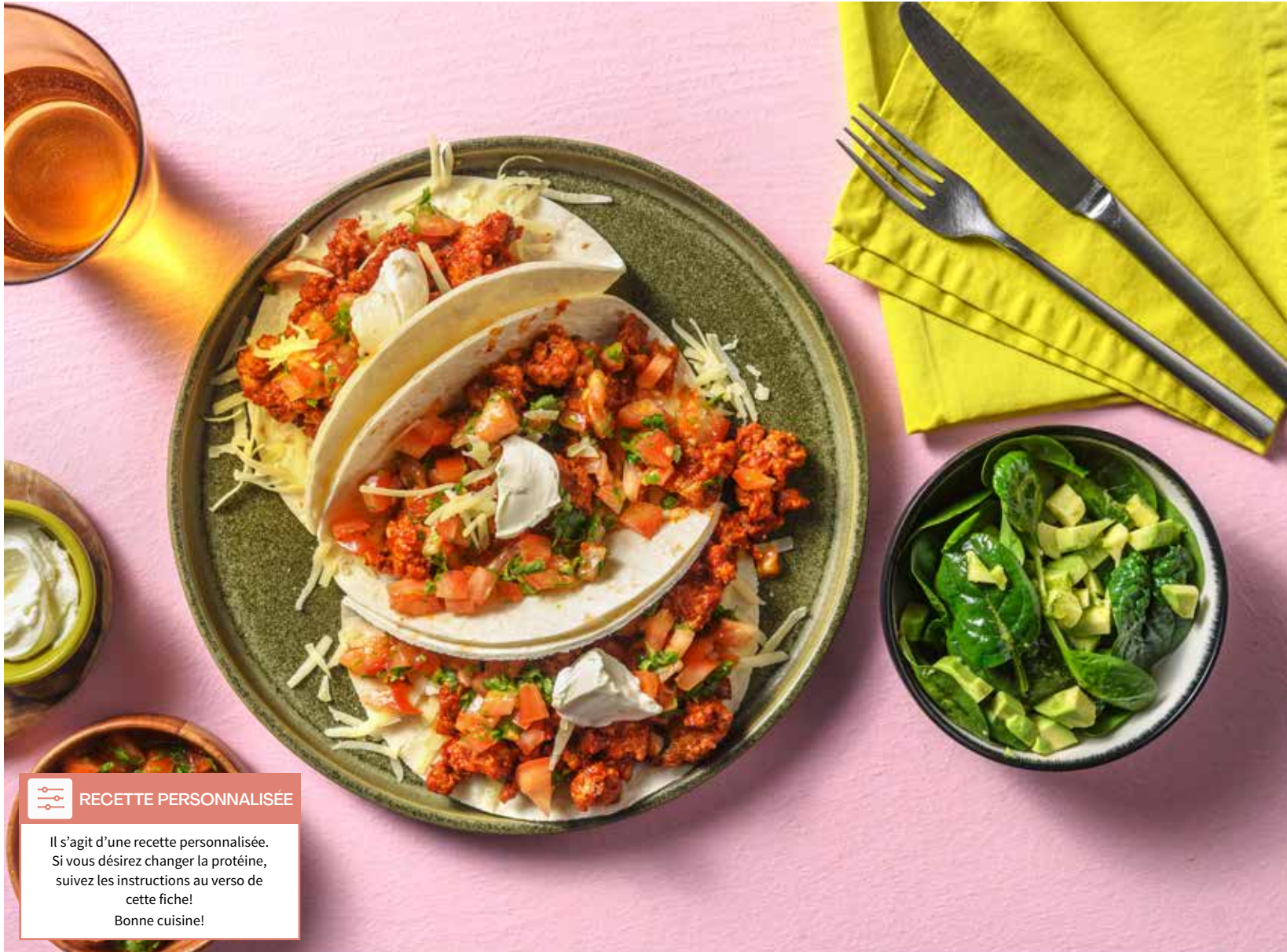


Tacos de porc

avec salsa à la mangue et salade

Familiale

35 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Porc haché



Dinde hachée



Assaisonnement mexicain



Oignon rouge



Base pour sauce tomate



Gousses d'ail



Tortillas de farine (15 cm [6 po])



Monterey Jack, râpé



Lime



Coriandre



Bébés épinards



Tomate Roma



Crème sure



Avocat

BONJOUR ASSAISONNEMENT MEXICAIN

Le mélange parfait de piment, de cumin, d'ail, de paprika, d'origan et de chipotle!


D'abord

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, zesteur, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
 Minced Turkey	250 g	500 g
Assaisonnement mexicain	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon rouge	113 g	226 g
Sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Gousses d'ail	2	4
Tortillas de farine (15 cm [6 po])	6	12
Monterey Jack, râpé	½ tasse	1 tasse
Lime	1	2
Coriandre	7 g	7 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Tomate Roma	160 g	320 g
Crème sure	6 c. à soupe	12 c. à soupe
Avocat	1	2
Sucre*	1 ¾ c. à thé	3 ½ c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

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

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 soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

Partagez vos photos en mentionnant #LaVieHelloFresh
Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparer

Peler l'**oignon**, puis le couper en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Couper les **tomates** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Zester, puis presser la **lime**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Hacher finement la **coriandre**. Peler, dénoyauter et couper l'**avocat** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).



Préparer la salsa et la vinaigrette

Pendant que la **garniture au porc** cuit, ajouter dans un petit bol les **tomates**, la **coriandre**, la **moitié** du **zeste de lime**, la **moitié** du **jus de lime** et **¼ c. à thé** de **sucre** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. (**REMARQUE** : C'est votre salsa aux tomates!) Dans un grand bol, fouetter le **reste** du **zeste de lime**, le **reste** du **jus de lime**, **1 c. à thé** de **sucre** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. (**REMARQUE** : C'est votre vinaigrette!)



Faire cuire les oignons

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **oignons**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient tendres.



Faire chauffer les tortillas

Envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout. Faire chauffer les **tortillas** au micro-ondes pendant 1 minute, jusqu'à ce qu'elles soient chaudes et souples. (**REMARQUE** : Cette étape est facultative.)



Faire cuire la garniture de porc

Ajouter le **porc**, l'**ail** et l'**assaisonnement mexicain** à la poêle contenant les **oignons**. Faire cuire le **porc** de 6 à 8 minutes, en le défaisant en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. Ajouter la **base pour sauce tomate**, **2 c. à soupe** d'**eau** et **½ c. à thé** de **sucre** (doubler les quantités pour 4 personnes). Poursuivre la cuisson de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit chaud.

RECETTE PERSONNALISÉE

Si vous avez choisi la **dinde**, ajouter 1 c. à soupe d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes) à la poêle, puis la faire cuire de la même façon que le **porc**.



Terminer et servir

Ajouter les **épinards** et l'**avocat** au grand bol contenant la **vinaigrette**. Bien mélanger. Répartir le **fromage** sur les **tortillas**, puis ajouter la **garniture de porc**, la **salsa aux tomates** et **un soupçon** de **crème sure**. Servir la **salade** en accompagnement.

Le repas est prêt!