

Steaks façon lomo saltado

avec sauce aji verde

Spécial céto

Épicée

30 minutes



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.



Steak de bœuf



Poivron vert



Poivron



Tomate Roma



Mélange paprika fumé et ail



Lime



Sauce soya



Mayonnaise



Vinaigre de vin rouge



Coriandre



Échalote



Gousses d'ail



Piment rouge

BONJOUR SAUCE AJI VERDE

Notre version de cette sauce péruvienne est composée de piments, de lime, de coriandre et de mayonnaise!

D'abord

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

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, zesteur, papier d'aluminium, petit bol, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steak de haut de bœuf	285 g	570 g
Poivron vert	200 g	400 g
Poivron	160 g	320 g
Tomate Roma	95 g	190 g
Mélange paprika fumé et ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Lime	1	2
Sauce soya	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Coriandre	7 g	14 g
Échalote	50 g	100 g
Gousses d'ail	2	4
Piment rouge 🌶️	1	2
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Pour un steak mi-saignant, cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F). Le degré de cuisson peut varier selon la taille du steak.

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.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.

Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter @HelloFreshCA



1 Préparer

- Évider, puis couper le **poivron** en lanières de 0,5 cm (1/4 po).
- Peler, puis émincer l'**échalote**.
- Couper les **tomates** en cubes de 1,25 cm (1/2 po).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.



4 Cuire les poivrons

- Pendant que les **steaks** reposent, faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter 1/2 c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **poivrons** et les **échalotes**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- Ajouter la **sauce soya**, les **tomates**, l'**ail**, le **mélange paprika fumé et ail** et le **vinaigre**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **tomates** soient tendres.



2 Terminer la préparation et faire la sauce

- Hacher finement la **coriandre**.
- Zester, puis presser la **moitié** de la **lime**. Couper le **reste** de la **lime** en quartiers.
- Hacher finement le **piment chili**, en retirant les graines pour un goût plus doux. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)
- Dans un petit bol, ajouter le **jus de lime**, la **mayonnaise**, la **moitié** de la **coriandre**, 1/4 c. à thé de **piments chili** et 1/4 c. à thé (1/2 c. à thé) de **zeste de lime**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.



5 Terminer et servir

- Trancher finement les **steaks**.
- Répartir les **steaks** et les **poivrons** dans les assiettes. Parsemer du **reste** de la **coriandre**.
- Arroser les **steaks** de la **sauce aji verde**.

Le souper, c'est réglé!



3 Cuire les steaks

- Sécher les **steaks** avec un essuie-tout. **Saler et poivrer** de tous les côtés.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **steaks**. Poêler de 5 à 8 min par côté, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.
- Lorsque les **steaks** seront cuits, retirer la poêle du feu et les transférer dans une assiette.
- Couvrir lâchement de papier d'aluminium et réserver de 2 à 3 min.