



Tacos au porc, au maïs et aux jalapenos grillés

avec crème sure et cheddar

20 min

Épicée



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

○ Changer  Bœuf haché 250 g 500 g	○ Changer  Émincé protéiné 200 g 400 g
---	--



 Porc haché 250 g 500 g	 Tortillas de farine 6 12
 Jalapeno 1 2	 Maïs en grains 113 g 227 g
 Vinaigre de vin rouge 1 c. à soupe 2 c. à soupe	 Chou rouge, émincé 113 g 226 g
 Pâte tex-mex 1 c. à soupe 2 c. à soupe	 Sauce au chipotle 4 c. à soupe 8 c. à soupe
 Fromage cheddar, râpé ½ tasse 1 tasse	 Crème sure 3 c. à soupe 6 c. à soupe
 Oignons verts 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



Griller le maïs et les jalapenos

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Couper le **jalapeno** en quatre sur la longueur, puis l'évider. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)
- Ajouter le **maïs** sur une plaque à cuisson non recouverte, puis le sécher avec un essuie-tout. Ajouter les **jalapenos** à côté du **maïs**. Arroser les **jalapenos** de **1 c. à thé** (2 c. à thé) d'**huile** de tous les côtés. Assaisonner d'**une pincée** de **sel**.
- Griller dans le **haut** du four de 5 à 6 min, en retournant les **jalapenos** et en remuant le **maïs** à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **légumes** soient brun foncé par endroits.
- Transférer les **jalapenos** sur une planche à découper et laisser refroidir.

2



Préparer et assembler la salade de chou

- Entre-temps, émincer les **oignons verts**.
- Dans un bol moyen, ajouter **2 c. à thé** (4 c. à thé) de **vinaigre**, **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sucre** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Salier** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger en fouettant.
- Dans le bol, ajouter le **chou** et les **oignons verts**, puis bien mélanger. Réserver.

3



Cuire le porc

- [Changer](#) | [Bœuf haché](#)
- [Changer](#) | [Émincé protéiné](#)
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **porc**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- **Salier et poivrer**.
- Ajouter la **pâte tex-mex**. Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **porc** soit enrobé.

4



Chauffer les tortillas et hacher les jalapenos

- Pendant que le **porc** cuit, envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout.
- Réchauffer au micro-ondes pendant 1 min, jusqu'à ce que les **tortillas** soient chaudes et souples. (**CONSEIL** : Cette étape est facultative.)
- Hacher grossièrement les **jalapenos**.

5



Mélanger la garniture de porc

- Dans la poêle contenant le **porc**, ajouter les **jalapenos** et le **maïs**. Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit combiné.
- Retirer la poêle du feu, puis incorporer la **sauce au chipotle** jusqu'à ce que le tout soit combiné et bien chaud.

6



Terminer et servir

- Répartir les **tortillas** dans les assiettes. Garnir de **salade de chou**, de **cheddar** et de **garniture de porc**.
- Couronner d'**un soupçon** de **crème sure**.

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

3 | Cuire le bœuf

[Changer](#) | [Bœuf haché](#)

Si vous avez choisi le **bœuf**, le faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le **porc****.

3 | Cuire l'émincé protéiné

[Changer](#) | [Émincé protéiné](#)

Si vous avez choisi l'**émincé protéiné**, le faire cuire de 6 à 7 min, en suivant les mêmes instructions que celles pour le **porc**, jusqu'à ce qu'il soit croustillant**.

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



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