



Tacos au bœuf fumé

avec poivrons sautés et guacamole

FAMILIALE 35 minutes



Bœuf haché



Oignons verts



Coriandre



Poivron



Lime



Avocat



Échalote



Assaisonnement mexicain



Tortillas de blé



Fromage cheddar, râpé



Paprika fumé

BONJOUR TACOS!

Ce plat tex-mex deviendra rapidement un incontournable dans votre famille!

Bon départ

Avant de commencer, laver et sécher tous les aliments.

Facultatif : envelopper les tortillas dans des essuie-tout et les réchauffer au micro-ondes de 30 secondes à 1 min. Pour la méthode au four, envelopper les tortillas de papier d'aluminium et réchauffer environ 5 min à 425 °F.

Sortez

Grand bol, cuillères à mesurer, presse-purée, bol moyen, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	4 pers
Bœuf haché	500 g
Oignons verts	4
Coriandre	14 g
Poivron	320 g
Lime	2
Avocat	2
Échalote	50 g
Assaisonnement mexicain	2 c. à table
Tortillas de blé	12
Fromage cheddar, râpé	113 g
Paprika fumé	1 ½ c. à thé
Huile*	
Sel et poivre*	

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

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



1. PRÉPARATION

Hacher grossièrement la **coriandre**. Évider les **poivrons**, puis les couper en fines lanières. Presser **une lime**, puis couper **l'autre** en quartiers. Peler, puis émincer **l'échalote**. Émincer les **oignons verts**.



4. CUIRE LE BŒUF

Dans la même poêle, ajouter le **bœuf** et le cuire en le défaisant en morceaux jusqu'à ce qu'il soit presque entièrement cuit, de 3 à 4 min. ** Égoutter le **gras en trop** et remettre le **bœuf** dans la poêle. Ajouter le **paprika fumé** et **le reste** de **l'assaisonnement mexicain**. Cuire en remuant souvent, de 1 à 2 min. **Saler et poivrer**. Réserver le **bœuf** dans le bol de **légumes** et bien mélanger.



2. PRÉPARER LE GUACAMOLE

Couper **l'avocat** en deux et le dénoyauter, puis en extraire la **chair** dans un bol moyen. À l'aide d'un presse-purée, y incorporer **la moitié** de la **coriandre**, **la moitié** des **oignons verts** et **1 c. à table** de **jus de lime** jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler et poivrer**. Réserver. (**ASTUCE**: ajuster l'acidité du guacamole en y ajoutant du jus de lime, 1 c. à thé à la fois!)



5. FINIR ET SERVIR

Répartir le **bœuf** et les **légumes** dans les **tortillas**, puis couronner d'une touche de **guacamole**. Saupoudrer de **fromage**, **du reste** de **coriandre** et **du reste** d'**oignons verts**. Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le souper, c'est réglé!



3. CUIRE LES LÉGUMES

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table** d'**huile**, puis les **échalotes**, les **poivrons** et **la moitié** de **l'assaisonnement mexicain**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent, de 3 à 5 min. Réserver dans un grand bol.