

# Chili au poulet et aux haricots cannellini avec croustilles de maïs assaisonnées

Découverte

Épicée

25 minutes



Filets de poulet



Piment poblano



Haricots cannellini



Mélange d'épices à enchilada



Concentré de bouillon de poulet



Sel d'ail



Oignon jaune



Crème sure



Coriandre



Croustilles de maïs

BONJOUR PIMENTS POBLANOS

Ces piments mexicains doux sont appelés piments anchos lorsqu'ils sont séchés!

## D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 205 °C (400 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

## Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, petit bol, tasses à mesurer, grande casserole, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Filets de poulet ♦	340 g	680 g
Piment poblano 🍒	160 g	320 g
Haricots cannellini	398 ml	796 ml
Mélange d'épices à enchilada	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Oignon jaune	113 g	226 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Coriandre	7 g	7 g
Croustilles de maïs	85 g	170 g
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). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

♦ L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 minutes après l'ouverture de l'emballage.

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'app.

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



## Préparer

Évider, puis couper le **poblano** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po), en retirant les graines pour un goût moins épicé. (**REMARQUE :** Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape!) Peler, puis couper l'**oignon** grossièrement en morceaux de 0,5 cm (1/4 po). Hacher grossièrement la **coriandre**. Sécher le **poulet** avec un essuie-tout, puis le couper en morceaux de 2,5 cm (1 po). **Saler** et **poivrer**.



## Faire cuire les croustilles de maïs

Pendant que le **chili** cuit, disposer les **croustilles** en une seule couche sur une plaque à cuisson. Faire cuire au **centre** du four de 4 à 5 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et reluisantes. (**REMARQUE :** Utiliser 2 plaques à cuisson pour 4 personnes. Faire griller sur les grilles du haut et du centre.) Saupoudrer le **mélange d'épices à enchilada réservé** sur les **croustilles de maïs**.



## Faire cuire le poulet et les oignons

Faire chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **poulet** et les **oignons**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré. Réserver **1 c. à thé de mélange d'épices à enchilada** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans un petit bol. Saupoudrer le **reste du mélange d'épices à enchilada** sur le **poulet** et les **oignons**. Faire cuire pendant 30 secondes, en remuant constamment, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.



## Terminer le chili

Retirer la casserole du feu. Ajouter la **moitié** de la **coriandre**. **Saler** et **poivrer** au goût. Bien mélanger.



## Faire cuire le chili

Ajouter **1 1/4 tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) à la casserole contenant le **poulet** et les **oignons**, puis bien mélanger, en grattant les morceaux au fond de la casserole. Ajouter les **haricots**, incluant leur **liquide**, les **poblanos** et le **concentré de bouillon**. Assaisonner de **sel d'ail** et **poivrer**. Porter à ébullition à feu élevé, puis baisser à feu moyen. Couvrir partiellement et faire cuire de 10 à 12 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit et que les **légumes** soient tendres\*\*.



## Terminer et servir

Répartir le **chili** dans les bols. Garnir d'**un soupçon** de **crème sure**. Parsemer du **reste** de la **coriandre**. Servir avec les **croustilles de maïs assaisonnées**.

## Le repas est prêt!