Crunch wrap style tex-mex

RECETTES – REPAS – SANDWICHS – VIANDES

NOMBRE DE PORTION : 6

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 15-20 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- Un filet d’huile d’olive
- 1 petit oignon rouge (1/3 tasse), haché
- 1 petit poivron jaune, haché
- 450 grammes de bœuf haché maigre ou mi-maigre
- 1 ½ c. table d’épices à tacos
- 6 grands tortillas
- 1 tasse (250 ml) de salsa con queso du commerce
- 1 à 1 ½ tasse de fromage râpé (mozzarella, cheddar au choix)
- 6 coquilles de tacos rigides ou des croustilles de maïs
- 1 tomate, coupée en petits dés
- 2 avocats mûrs
- Laitue iceberg, ciselé
- Crème sûre (optionnelle)
- 6 petits tortillas
- Coriandre (optionnelle)

Préparation

1. Dans un grand poêlon, faire chauffer l’huile à feu vif.
2. Faire revenir les oignons et les poivrons pendant 3 minutes.
3. Ajouter le bœuf haché et les épices à tacos et cuire en brassant de temps à autre pendant 5-6

minutes ou jusqu’à ce que la viande soit bien cuite.

4. Déposer un grand tortilla sur une surface plane.
5. Déposer au centre de chaque tortilla 2 c. table de salsa con queso.
6. Déposer la viande sur la salsa con queso.
7. Parsemer de fromage.
8. Casser les coquilles rigides et les déposer sur le fromage.
9. Parsemer de tomates en dés, d’avocat et de laitue.
10. Ajouter de la crème sûre si désirée.
11. Déposer ensuite les petites tortillas sur la garniture.
12. Refermer les pochettes en rabattant le grand tortilla sur le petit et en pliant tout le tour et ce, le plus serré possible. Une fois fermé, le déposer, rabat vers le bas dans un poêlon et cuire quelques minutes à feu moyen jusqu’à ce qu’il soit grillé. Retourner et griller.
13. Couper en deux et servir avec de la coriandre si désirée.