

STYLE MEXICAIN de Boeuf et Emplissage pour BURRITOS et TORTILLAS.

Par Ghislain Bonneau a gbphotodidactical.ca

Dernière Révision 2012-01-26

Temps de Préparation; 20 Minutes.

Temps de Cuisson; 20 Minutes.

CETTE RECETTE VAS PRODUIRE 8 à 10 PORTIONS pour Adultes.

Étape # 1 - Emplissage de Style MEXICAIN POUR BURRITOS ET TORTILLAS.

- 1 Poivron Vert. (Petit)
- 1 Poivron Rouge. (Petit)
- 3 Tomates. (Beefsteak Moyenne)
- 1 Oignon Jaune. (Moyen)
- 2 C.A. Soupe de Poudre D'ail.
- 2 C.A. Thé de Persil en flocons.
- 2 C.A. Thé de Ciboulettes en flocons.
- ¼ C.A. Thé de Piment de Cayenne.
- ¼ C.A. Thé de Moutarde Moulue.
- ½ C.A. Thé de Cumin Moulue.
- 1 C.A. Thé de Sel.
- ¼ C.A. Thé de Poivre de Citron.
- 2 C.A. Soupe de d'Huile d'Arachides.
- 1 C.A. Thé de Sauce Worcestershire.
- 2 C.A. Soupe de Vinaigre Blanc.



Coupez les Tomates en deux sur la longueur et écrasez les avec vos mains comme vous feriez pour sortir le jus d'un citron, et ici pour sortir le jus et les pépins des tomates et jetez les pépins. Le jus et les pépins ne doivent pas être utilisé dans cette recette. Utilisez si possible des Tomates Beefsteak car leur peau est de beaucoup plus épaisses. Puis couper les tomates et tout le reste aussi en petit cubes. Ajoutez y tout les épices ci haut, bien mélanger et placer au frigidaire pour l'instant. Cette préparation de remplissage peut être servie froide ou mélangée avec la viande. Voir plus bas dans la recette pour plus d'information.

Étape # 2 - PRÉPARATION D'ÉPICES SEC Pour le Bœuf Haché.

- ½ C.A. Thé de Poivre Noir Moulue.
- 1 ½ C.A. Thé de Paprika.
- 1 C.A. Thé de Sel.
- 1 C.A. Soupe de Poudre d'ail.
- ¾ C.A. Thé de Cumin Moulue.
- 1 C.A. Thé de Curie Moulue (Moyen)
- ½ C.A. Thé de Moutarde Moulue.
- ¼ C.A. Thé de of Piment de Cayenne Moulue.

Préparé tout les épices ci haut et les placer de côté dans un contenant sec pour l'instant.

Étape # 3 - CUISSON DE LA VIANDE.

- 2 C.A. Soupe D'huile d'Arachides.
- 1 kg. Boeuf Haché Maigre.
- 1 C.A. Soupe de Bouvril de Boeuf.
- ½ C.A. Thé de Sauce Worcestershire
- 3 C.A. Soupe de **Ma SAUCE HP** ou 4 C.A. Soupe de SAUCE HP Régulier.

Cuire la viande avec les ingrédients ci haut a feux moyennement fort jusqu'à ce que la viande soit bien cuites **puis passer la viande dans une passoire pour bien égoutter tout le jus et remettre la viande dans la poêle.** Maintenant est le temps d'y ajouter les Épices Sec que vous aviez préparé à l'étape # 2 Bien mélanger avec la viande et cuire à feux moyen pour environ 5 minutes tout en mélangeant la viande avec les épices. La viande est prête à être servie. Maintenant vous avec l'option soit de servir la préparation de remplissage froide que vous aviez faites à l'étape # 1 ou de l'ajouter ici avec le Boeuf. Mais quelque soit votre choix vous devez bien égoutter le remplissage avant de le servir ou de le mélanger avec la viande. Si vous décider de l'ajouter avec la viande bien égoutter puis mélanger avec la viande et cuire à feu moyen pour un autre cinq minutes tout en mélangeant le tout. Le tout est maintenant prêt à être servie sur table et le remplissage aussi pour laisser vos invités se servir d'eux même avec Tortillas et Burritos et une bonne bouteille de Vin. Un mélange de fromage Mexicain Râpé est aussi suggéré avec ce plat.

BON APPÉTIT.

