

Fajitas de poulet sur assiette

Tortilla de blé garnie de viande de poulet épicée à la mexicaine et de poivrons grillés.

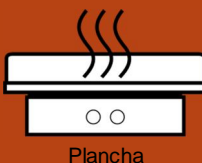


Mise en place

Faire décongeler au froid positif le guacamole et le mélange de fromage rapé la veille au soir.
 Décongeler également en froid positif le poulet fajitas mais au moins 24 heures avant.
 Préparer des portions de 120g de poulet dans des barquettes filmées, les réserver au froid.
 Laver, couper en deux, préparer les poivrons et les émincer en fines lamelles d'environ 2 mm.
 Éplucher les oignons, les couper en deux et les émincer également en fines lamelles d'environ 2 mm.
 Sur une plancha / poêle très chaude, saisir les poivrons rouges et verts avec un peu d'huile, jusqu'à obtenir une légère coloration tout en conservant le croquant. Procéder de même pour les oignons.
 Mettre à cuire le riz mexicain façon pilaf en ajoutant une fois le riz nacré, 2,5 fois le volume initial de riz en eau et faire cuire gentiment sur un coin du feu avec un couvercle jusqu'à absorption complète de l'eau 12/15 minutes.

Mise en oeuvre

Sur une plancha ou poêle très chaude légèrement huilée, faire saisir les lamelles de poulet fajitas en les faisant bien colorer, au bout d'environ 1 à 2 minutes ajouter les oignons et poivrons préalablement saisis, bien mélanger l'ensemble.
 Sur un coin de plancha propre ou micro-ondes réchauffer les tortillas quelques secondes.
 Garnir les tortillas avec le mélange poulet fajitas et poivrons/oignons, refermer l'ensemble et dresser sur assiette avec le guacamole, la sauce rouge mexicaine, le mélange de râpé et le riz mexicain chaud, ajouter en décoration une tranche ou un zeste de citron vert.



Ingrédients	Code SDV	Poids Net
TORTILLAS DE BLE Ø 15 CM - sans huile de pa	7569	2 pces
GUACAMOLE EXTREME SUPREME 1 kg	7192	20 g
MELANGE CHEDDAR ET MOZZARELLA	7129	20 g
SAUCE ROUGE MEXICAINE	3845	20 g
RIZ SEC À LA MEXICAINE	3600	30 g
POULET MARINÉ FAJITAS	6910	120 g
Poivrons verts		20 g
Poivrons rouges		20 g
Oignons		40 g
Citron vert		0.05 pces