

Fajitas émincé végétal

Emincé végétal assaisonné d'épices mex et servi avec des oignons et poivrons grillés, tortillas de blé, guacamole, sauce rouge.



Grillades



Plancha



Photo SDV

Mise en place

La veille au soir, mettre en décongélation en froid positif l'émincé végétal, le guacamole et les tortillas de blé.

Éplucher les oignons et les émincer.

Laver les poivrons, les équeuter, les épépiner et les émincer.

Sur une plancha, 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.

Mise en oeuvre

Sur une plancha chaude et légèrement huilée, saisir l'émincé végétal environ 2/3 minutes des deux cotés, soupoudrer les épices fajitas, bien mélanger l'ensemble.

Ajouter les oignons et poivrons, les mélanger à la protéines végétal, quelques secondes, puis dresser dans le poelon crépotant.

Ajouter les deux quartiers de citron vert.

Chauffer dans la boite prévu les tortillas environ 30 secondes au micro ondes, puis ajouter le couvercle.

Ajouter les 3 sauces :

- Le guacamole
- La sauce rouge
- Les piments jalapenos

Servir aussitot avec les tortillas chaudes.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
AIGUILLETTES VEGETALES	7538	150 g
ASSAISONNEMENT POUR FAJITAS	7742	8 g
TORTILLAS DE BLÉ Ø 16,5 CM	5145	3 pces
GUACAMOLE EXTREME SUPREME	7942	30 g
PIMENTS JALAPENOS EMINCES	7036	20 g
TACO SALSA	7746	30 g
Coriandre fraîche		4 g
Citron vert		0.04 pces
Oignons		80 g
Poivrons verts		70 g
Poivrons rouges		70 g