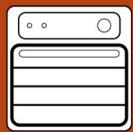


Courges aux épices mexicaines

Courges farcies de haricots rouges, épices mexicaines, oignons, poivrons et épices mex.



Plats



Four



Mise en place

Couper les courges en deux et enlever les pépins.
 Dans une casserole chaude et légèrement huilé, faire rissoler le bœuf haché pendant environ 2 minutes, ajouter les poivrons et oignons égouttés, la tomate concassée et les haricots rouges égouttés également. Verser le sachet de Chili Mix Amigos + 100 ml d'eau, mélanger délicatement et laisser mijoter à feu doux. Ajouter les grains de maïs égouttés en fin de cuisson.

Mise en oeuvre

Garnir les demi courges du chili con carne, puis ajouter le fromage râpé. Cuire dans un four chaud à 180° environ 30 minutes. Ajouter la coriandre hachée au moment de servir.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
CHILI MIX' - ASSAISONNEMENT POUR CHILI C	6170	1 sachet
HARICOTS ROUGES	3658	1 Boite
MELANGE POIVRONS & OIGNONS GRILLES	7415	1 sachet
Viande de bœuf hachée		500 g
Emmenthal rapé		50 g
Tomates concassées		400 g
Courge		2 pièce
Maïs en grains		50 g
Coriandre fraîche		1 bouquet