

Tacos cactus avocat feta

Dans de petites tortillas de maïs, du cactus, poivrons et oignons grillés, des dés de feta et un pico.



Plancha

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
TORTILLAS DE MAIS SOUPLE Ø 10 CM	7207	3 pces
GUACAMOLE EXTREME SUPREME	7942	60 g
MELANGE POIVRONS & OIGNONS GRILLES	7032	50 g
CACTUS NOPALITOS	7984	50 g
ASSAISONNEMENT CAJUN - GRILLADES - FRI	7591	5 g
PIMENTS JALAPENOS EMINCES	7036	10 g
Tomates grappes		40 g
Oignons		40 g
Coriandre fraîche		3 g
Citron vert		0.2 pces
Maïs en grains		30 g
Féta		30 g
Ail		10 g

Mise en place

La veille au soir mettre en décongélation en froid positif les tortillas de maïs et le guacamole.

Réaliser un pico :

Dans un saladier réunir, la tomate lavé et coupé en dés, la moitié de l'oignon épluché et ciselé, la coriandre fraîche émincé, le jus du citron vert, les grains de maïs rincés, le piment jalapenos haché, ajouter un trait d'huile d'olive, assaisonner et mélanger délicatement l'ensemble réserver au frais.

Egoutter les lamelles de cactus et réserver au frais.

Couper la féta en cubes et réserver au frais.

Egoutter les poivrons/oignons puis les couper grossièrement.

Mise en oeuvre

Dans une poêle ou casserole légèrement huilé, faire revenir les lamelles de cactus puis ajouter l'autre moitié de l'oignon ciselé, l'ail écrasé, la pincée d'épices cajun, bien remuer l'ensemble.

Réchauffer les tortillas de maïs sur une plancha chaude.

Puis dresser les tacos :

- Etaler le guacamole sur les tortillas
- Ajouter le cactus
- Les poivrons/oignons grillés
- Le pico et la féta

Suggestion

Afin d'assouplir davantage les tortillas juste avant de les réchauffer, vous pouvez les tremper façon aller retour dans un saladier d'eau.