Bœuf

Tortilla au boeuf (galette de maïs)

35 min	25 min	10 min	0	665
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les tortillas au boeuf

- 8 **Tortilla(s) - Galette de blé ou de maïs**
- 500 g **Boeuf haché**
- 6 **Tomate(s)**
- 2 **Poivron(s)**
- 1 **Oignon(s)**
- 2 **Gousse(s) d'ail**
- 200 g **Haricots rouges cuits**
- 1 c. à café **Piment de Cayenne**
- 1 c. à café **Origan séché**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**
- 1 c. à soupe **Huile de pépins de raisins**
- 1 **Glaçon(s)**

Étape 1

Préparation des tortillas au boeuf

1. Porter une casserole d'eau à ébullition puis plonger les tomates pendant 1 min pour les monder.
2. Préparer un saladier rempli d'eau froide et de glaçons.
3. Plonger les tomates dans le saladier d'eau glacée à l'aide d'une écumoire. Puis les peler, les épépiner et les couper grossièrement.
4. Eplucher les oignons à l'aide d'un couteau d'office et les émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur.
5. Éplucher les gousses d'ail à l'aide d'un couteau d'office, ôter les germes et hacher finement.
6. Épépiner les poivrons et les couper en fines lamelles.
7. Faire chauffer de l'huile dans une sauteuse. Faire revenir les oignons, l'ail et les poivrons avec le piment de Cayenne et l'origan.
8. Ajouter le bœuf haché et mélanger.
9. Assaisonner de sel et de poivre, mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
10. Ajouter les tomates et les haricots rouges. Prolonger la cuisson pendant 5 minutes.

Étape 2

Dressage

1. Réchauffer les galettes de maïs au four.
2. Déposer un peu de garniture au boeuf sur chaque bord de tortilla.
3. Rouler les tortillas de façon bien serrée.
4. Servir chaud.