



BURRITO AU POULET FACILE



DURÉE : 10 minutes

NIVEAU D'ÉPICES : Doux

PORTIONS : 4 personnes

INGRÉDIENTS : 7

Il n'y a rien de plus classique qu'un burrito au poulet ! C'est un des plats mexicains les plus connus et savoureux, surtout si vous préparez le poulet en cuisson lente pour qu'il s'effiloche facilement.



6 Wraps de Blé nature Old El Paso™



Purée de Haricots Cuisinés Old El Paso™



Sauce Salsa Original Old El Paso™



250g de riz cuit



500g de restes de poulet, effiloché



250g de fromage râpé



1 avocat mûr

- 1 Percez le paquet de wraps et réchauffez-le de 35 à 45 secondes aux micro-ondes.
- 2 Avec le dos de la cuillère, étalez une couche de purée de haricots sur chaque tortilla sans vous approcher trop des bords. La purée de haricots aide à maintenir les ingrédients et la tortilla entière.
- 3 Ajoutez le riz cuit, et l'étaler avec le dos de la cuillère, en laissant 3cm sur les bords de la tortilla.
- 4 Sur le riz, ajoutez les tranches d'avocat en formant un rectangle au centre de la tortilla. D'autres garnitures comme la salade, le chou rouge, et les tomates sont aussi de bonnes options.
- 5 Utilisez une fourchette pour effiloche le poulet en petits morceaux, et mettez-le au-dessus des avocats.
- 6 Si vous ne disposez pas de restes de poulet cuit, faites cuire des blancs de poulet à température moyenne sur une poêle huilée jusqu'à ce qu'il soit doré à l'extérieur et bien cuit à l'intérieur.

- 7 Ajoutez une cuillère de salsa sur le poulet.
- 8 Saupoudrez de fromage râpé.

Optionnel :

ajoutez vos condiments mexicains préférés comme la coriandre, des piments, des radis, ou un peu de jus de citron vert.

POUR SERVIR :

C'est le moment de plier votre burrito – regardez notre vidéo ci-dessous pour apprendre comment faire !

Servir avec des chips, tortilla chips, ou même des frites.

Pour un style plus authentique, enrroulez votre burrito en aluminium – parfait pour le panier-repas ou à emporter.