

INGRÉDIENTS

4 PORTIONS

40 MIN

MOYENNE

400 grammes Garden Gourmet Sensational Haché

1 tête de laitue romaine ou iceberg

4 grosses tortillas

150 g de riz à grain long (frit avec un peu de purée de tomates, ail et oignon)

2 avocats mûrs

4 tomates

160 g de haricots rouges

2 cuillères à café de purée de tomates

2 piments jalapeño verts

2 brins de coriandre

50 g de fromage végétalien

2 cuillères à soupe de crème sure végétalienne

1 cuillère à soupe de crème fraîche

1 paquet d'épices mexicaines prêtes à l'emploi

3 gousses d'ail

1 oignon

Jus de citron vert

Un peu d'huile

Sel et poivre

Gourmand et fait maison ? Crée ton propre burrito vegan au Sensational haché Garden Gourmet.

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four et cuire le riz

Préchauffe le four à 180°. Fais cuire le riz selon les instructions sur l'emballage et fais chauffer doucement les haricots rouges.

2. Préparez les herbes et les légumes

Épluche et hache finement l'ail. Hache grossièrement les herbes, coupe le piment jalapeno en tranches et la laitue en fines lanières.

3. Faire sauter le riz dans la purée de tomates

Fais revenir l'ail pendant 1 minute dans un peu d'huile, ajoute la purée de tomates et fais mijoter pendant un moment. Ajoute le riz cuit et fais revenir quelques minutes jusqu'à ce que le riz soit complètement coloré.

4. Faites frire le hachis sensationnel

Fais frire le Sensational haché Garden Gourmet dans une poêle selon les instructions sur le paquet et ajoute le mélange d'épices mexicaines.

5. Tartiner les tortillas avec les sauces

Réchauffe les tortillas au four (ou dans une poêle bien chaude). Tartine les tortillas de crème sure, mais laisse 3 cm au bord de la tortilla. Étale au milieu une « bande » de guacamole de 7 cm de large, avec une couche de Pico de Gallo dessus.

6. Remplissez votre Burrito avec les garnitures

Ajoute la laitue, une couche de riz, des haricots et une couche plus épaisse de Sensational haché Garden Gourmet. Laisse 3 cm sur les côtés. Enfin, parseme des tranches de coriandre et de piment jalapeño grossièrement haché.

7. Roulez-le, coupez-le et dégustez !

Replie les côtés sur la garniture et ferme les tortillas. Enroule-les dans du papier et coupe le burrito en deux. Sers avec les restes de guacamole et de pico de gallo. Déguste !

CULINAIRE TIPS

Préparez votre guacamole maison

Écrasez 2 avocats mûrs et mélangez-les avec une généreuse cuillère à soupe de crème fraîche, 1 tomate finement hachée (pulpe sans pépins), 1 gousse d'ail finement hachée et assaisonnez avec du sel, du poivre, du jus de citron vert généreux et de la coriandre fraîche grossièrement hachée.

Préparez votre pico de gallo

RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR
[GARDENGOURMET.BE/FR](https://gardengourmet.be/fr)

frais

Coupez 3 tomates entières en petits cubes. Épluchez et hachez finement 1 oignon et 1 gousse d'ail et hachez grossièrement un petit bouquet de coriandre. Coupez en deux un piment jalapeño rouge et un piment vert, retirez les graines et hachez finement la chair. Mélanger tous les ingrédients et assaisonner avec du sel et du jus de citron vert. Vous pouvez également utiliser de la salsa mexicaine toute prête à la place du Pico de Gallo.

[Garden Gourmet Belgium](#) > [Recettes](#) > [Burrito vegan au Sensational haché](#)