

5
15

Le meilleur pâté mexicain

PORTIONS
de 6 à 8TEMPS DE PRÉPARATION
25 minutesTEMPS DE CUISSON
46 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 550; protéines 25 g; matières grasses 32 g; glucides 40 g; fibres 4 g; fer 3 mg; calcium 208 mg; sodium 1 050 mg

Voici le MEILLEUR pâté mexicain, rien de moins! Intégrez cette recette incontournable à base de boeuf haché au menu pour régaler toute la famille!

Ingrédients

- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive
- 625 g (environ 1 1/3 lb) de boeuf haché mi-maigre
- 1 oignon haché
- 1 branche de céleri coupée en dés
- 15 ml (1 c. à soupe) d'ail haché
- 15 ml (1 c. à soupe) d'assaisonnements à chili
- 180 ml (3/4 de tasse) de ketchup
- 180 ml (3/4 de tasse) de sauce chili
- 3 demi-poivrons de couleurs variées coupés en dés
- 250 ml (1 tasse) de maïs en grains
- 15 ml (1 c. à soupe) de paprika fumé
- sel et poivre au goût
- 300 g (2/3 de lb) de [pâte à tarte](#)
- 375 ml (1 1/2 tasse) de mélange de fromages râpés de type tex-mex
- 125 ml (1/2 tasse) de crème sure 14%

Préparation

- 1 Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
- 2 Dans une poêle, chauffer l'huile à feu moyen. Cuire le boeuf haché de 4 à 5 minutes en égrainant la viande à l'aide d'une cuillère en bois.

En continuant à utiliser le site, vous acceptez notre [politique de confidentialité et de cookies](#).

ail. Cuire 2 minutes en remuant.

à chili, le ketchup, la sauce chili, les poivrons, le maïs et le paprika fumé. Saler, poivrer et cuisiner à feu moyen 15 minutes, jusqu'à ce que le liquide soit complètement évaporé.

farinée, abaisser

7 Cuire au four de 25 à 30 minutes. Servir avec la crème sure.

Pour d'autres recettes à la mexicaine: [20 recettes pour cuisiner mexicain en seulement 5 ingrédients!](#)

En continuant à utiliser le site, vous acceptez notre [politique de confidentialité et de cookies](#).

7100275

