AROMATA COCINA

Tacos



Préparation: 10 mins
Cuisson: 20 mins

Ingrédients (pour 4 personnes) :

4 feuilles de tortillas
4 escalopes de poulet ou de dinde
20 cl de crème liquide
100 g de fromage râpé
1 oignon
2 c. à soupe de curry
Huile végétale
Sel, poivre

Préparation de la recette:

1.
Préchauffez le four à th.7 (210°C).

2.
Pendant ce temps, émincez l'oignon, et coupez les escalopes de poulet en petits morceaux d'environ 2-3 cm.

3.

Versez l’huile dans une casserole, puis faites-y revenir l’oignon jusqu’à ce qu’il soit transparent.

4.
Ajoutez ensuite les morceaux de poulet puis laissez cuire 5 minutes en retournant les morceaux de poulet à mi-cuisson. Salez, poivrez, puis ajoutez le curry et la crème. Laissez cuire sur feu doux pendant 5 min.

5.
Sur une assiette, déposez une feuille de tortilla, sur laquelle vous versez la sauce de votre choix (moutarde, harissa, ketchup ou mayonnaise) puis placez 2 c. à soupe de garniture au poulet.

6.
Couvrez de fromage râpé, et pliez la tortilla en carré. Répétez l’opération pour chaque tacos, et placez-les au four sur une feuille de papier cuisson pendant 12 min jusqu’à ce qu’ils gonflent.