Fajitas à la viande de bœuf

Recette de V-ZUG SA



Préparation	25 min
Temps de cuisson	39 min
Portions	2
Appareil	Combair-Steam SE à partir de 2015

Garniture

150 g de viande de bœuf, émincée

¼ cc de cumin

2 pc de poivre de Cayenne

2 pc de paprika

Assaisonner la viande de bœuf émincée et la placer dans le bac de cuisson perforé. Enfourner le bac de cuisson au niveau supérieur dans l'espace de cuisson froid. Enfourner la plaque en acier inox au niveau 1. Cuire à la vapeur.

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 25 min

½ poivron, jaune

1 oignon, de petite taille

1 gousse d'ail

Sel

Laver et épépiner le poivron, le couper en deux, puis en lamelles. Eplucher l'oignon, le couper en deux et l'émincer. Ecraser l'ail. Répartir les légumes sur la viande et saler. Enfourner au niveau supérieur dans l'espace de cuisson. Poursuivre la cuisson à la vapeur.

Introduire l'aliment à cuire

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 5 min

1 cs de concentré de tomates

2 cs de maïzena express

Sortir le bac de cuisson et la plaque en acier inox de l'espace de cuisson. Incorporer le concentré de tomates et la maïzena au jus de viande récupéré dans la plaque en acier inox et bien mélanger à l'aide d'un fouet.

200 g de tomates pelées

150 g de haricots, rouges

Bien rincer les haricots, les égoutter, les ajouter avec les tomates pelées à la sauce et mélanger. Ajouter la viande et les légumes, bien mélanger le tout.

Tortillas

4 tortillas de blé

Répartir les tortillas dans le bac de cuisson perforé et enfourner au niveau 1 dans l'espace de cuisson encore chaud. Régénérer.

Introduire l'aliment à cuire

Régénérer 120 °C pendant 9 min

Dressage

90 g de crème fraîche

1 cs de fromage râpé

Retirer les tortillas du bac de cuisson et les déposer sur les assiettes. Répartir ¼ de la garniture au centre sur toute la longueur, napper de crème fraîche et parsemer de fromage râpé selon le goût, puis rouler les tortillas.

Accessoires

Plaque en acier inox

Bac de cuisson perforé

Informations complémentaires

Créée le	11.12.2019