



FAJITAS A LA VIANDE



Ingrédients pour les tortillas au blé:

- 500 g de farine
- 175 g d'eau
- 90 g de glucose(en poudre déshydraté)
- 75 g d'huile
- 1 sachet de Gourmandises Pains

Ingrédients pour la garniture:

- 500 g de viande hachée
- 300 g de brunoise de poivrons 3 couleurs
- 4 petits oignons paille
- 1 bocal de sauce tomate
- Poivre et sel du moulin
- 1 cuillère à soupe d'épices Chili

Pour le montage :

- des feuilles de laitues (1 par tortillas)
- **sauce à la crème** : crème fraîche épaisse+poivre et sel+ 1 cuillère à café de Chili+ 2 cuillères à café de vinaigre (facultatif)

Mélanger tous les ingrédients et pétrir au moins 5 min.

Couvrir le bol avec un film alimentaire et placer au réfrigérateur pendant 1 heure.

Pendant ce temps, préparer la garniture. Faire revenir l'oignon émincé à l'huile d'olive avec la brunoise de poivrons. Ajouter la viande hachée puis la sauce tomate. Assaisonner et ajouter les épices Chili. Laisser mijoter environ 5 min



Rabattre la pâte sur le Roul'pat bien fariné. Partager la pâte en 12 pâtons de même poids.

Bouler et étaler la pâte finement au rouleau en hêtre d'un diamètre d'environ 20-22 cm.

Bien fariner car la pâte a tendance à coller au rouleau.



Chauffer la poêle crêpière à sec (sans MG)

Cuire les disques de pâte de chaque côté environ 2 min, retourner le disque une fois que des bulles se soient formées.

Placer un saladier d'eau bouillante sous le plat où se trouvent les tortillas pour les maintenir au chaud et qu'elles restent souples.

Les couvrir avec un torchon.

Servir tous les ingrédients chauds.

Placer une feuille de laitue sur la tortilla, un peu de sauce et de la farce au bœuf. Rouler et savourer les Fajitas au bœuf.