



# Roulés mexicains au poulet et aux haricots noirs Casa Mendosa<sup>MC</sup>

Portions 4 / 35 minutes



## INGRÉDIENTS

4 tortillas originales Casa Mendosa<sup>MC</sup>

1 c. à soupe d'huile de tournesol

1 oignon tranché finement

3 gousses d'ail, écrasées

1 c. à thé de cumin moulu

1 c. à thé de paprika fumé

1 c. à thé d'origan séché

1 boîte de haricots noirs

4 tomates, grossièrement hachées

Cheddar blanc, râpé


4 limes

Guacamole

4 avocats



## INSTRUCTIONS

 Préparation: **15 min** | Cuisson: **20 min** | Total: **35 min**

- 1** Faire chauffer l'huile dans une poêle, ajouter l'oignon et faire frire 5 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit doré. Incorporer l'ail, le cumin, le paprika et l'origan et cuire 2 minutes. Ajouter les haricots et le poulet et bien réchauffer, puis ajouter les tomates; assaisonner et garder au chaud.
- 2** Mettre une tortilla Casa Mendosa<sup>MC</sup> dans une poêle antiadhésive, parsemer de fromage et chauffer jusqu'à ce qu'il soit fondu. Garnir de tranches d'avocat. Glisser la tortilla sur une planche, y mettre le quart du mélange de poulet et rouler bien serré. Répéter pour faire trois autres roulés.
- 3** Placer dans une assiette et servir accompagné de guacamole et de quartiers de lime à presser.