



Coût :

€ € €

## Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
236209	Tortilla de blé 42 g env.	10 Pièce
12986	Poivrons rouges et verts en lanières 2,5 kg PassionFroid	100 Gramme
7468	Oignons émincés 2,5 kg Bonduelle	100 Gramme
213197	Quinoa 2,5 kg Minute Bonduelle	100 Gramme
60474	Sauce napolitaine cuisinée 1 kg Zini	300 Gramme
213197	Quinoa 2,5 kg Minute Bonduelle	300 Gramme
	Haricots rouges	80 Gramme
	Maïs	50 Gramme
	Citron vert	1 Pièce
	Feuille de basilic	20 Gramme
	Sauce soja	10 Centilitre
	Une pointe de couteau d'épice mexicaine	2 Gramme
	Une pointe de couteau de paprika	2 Gramme
	Une pointe de couteau de piment doux	2 Gramme
	Huile d'olive	3 Centilitre
	Sel fin	PM

## Etapas de préparation

- 1 Couper les filets de poulet en lanières puis les faire mariner avec les épices, la sauce soja, le jus et le zeste de citron vert pendant 2h.



**PassionFroid**  
groupe pomona

# Burrito

- 2 Faire colorer les oignons dans l'huile , ajouter les poivrons, les haricots rouges, le maïs, le quinoa et la sauce napolitaine. Rectifier l'assaisonnement puis réserver au chaud.
- 3 Marquer les filets de poulet aux épices à la plancha. A la fin de la cuisson, ajouter la garniture.
- 4 Effectuer le montage dans les tortillas en y ajoutant les feuilles de basilic et les avocats coupés en lanières.