



# ENCHILADAS AU POULET 100% MEXICAINES

## INGRÉDIENTS

- 400g de poulet coupés en dés
- 1 oignon finement émincé
- 1 tasse de fromage râpé
- 3 CàS de parmesan râpé
- 1 CàC de sel
- 1 CàC de poivre
- 1 CàC de cumin
- 2 CàC de coriandre moulue
- 1 gousse d'ail émincée
- 1 piment haché
- 8 tortillas de blé
- Sauce tomate type salsa

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN

TEMPS DE CUISSON : 30M

TEMPS TOTAL : 45MN

## PRÉPARATION

Chauffer le four à 180°.

Dans un bol, mélanger le poulet, l'oignon, le fromage, le parmesan, le sel, le poivre, le cumin, la coriandre, l'ail et le piment.

Farcir les tortillas avec ce mélange et les enrouler.

Garnir un plat allant au four d'une couche de sauce tomate.

Déposer les tortillas dans le plat et les recouvrir de sauce tomate.

Recouvrir de fromage râpé.

Enfourner pour 15 minutes.