

# TACOS ET CRISPY MINI FILETS AVEC SAUCE AU CITRON VERT

## INGRÉDIENTS

🍴 2 PORTIONS

🕒 30 MIN

👤 FACILE

1 paquet de Crispy mini Filet  
Garden Gourmet

4 tortillas

1 tasse de chou rouge (haché)

1 tasse de laitue

1 jalapeño mariné

15 g de pousses de betterave

1 citron vert

2 cuillères à café d'huile d'olive

1 tasse de basilic

1 tasse de persil

1 échalote

1 cuillère à soupe de jus de citron  
vert

1/2 tasse de cacahuètes/noix de  
cajou

1/2 tasse de lait d'amande

1/4 cuillère à café de sel et de  
poivre

Nos délicieux tacos véganes, associés aux croustillants Sensational Crispy mini filets de Garden Gourmet et à une salade de chou croquante, et accompagnés de sauce au citron vert, feront de chaque bouchée un voyage savoureux.

## PRÉPARATION

### 1. Préparation des tortillas

Préchauffe le four à 180°. Humidifie légèrement les tortillas avec de l'eau et mets-les au micro-ondes pendant 30 secondes.

### 2. Préparation des tacos

Badigeonne les tortillas d'huile et place-les sur la grille du four, en faisant la forme du taco. Cuis au four pendant 10-15 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.

### 3. Cuisson des Crispy mini filets

Prépare les Sensational Crispy mini filets de Garden Gourmet dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, selon les instructions sur l'emballage.

### 4. Préparation de la sauce au citron vert

Pour la sauce, tu auras besoin de : 1 tasse de basilic, 1 tasse de persil, 1 échalote, 1 jus de citron vert, 1/2 tasse de cacahuètes (ou noix de cajou), 1/2 tasse de lait d'amande, 1/4 de cuillère à café de sel et de poivre. Mets tous les ingrédients de la sauce dans un bol et mélange jusqu'à consistance lisse.

### 5. Assemblage des tacos

Assemble le taco avec du chou rouge, de la laitue, une bouchée de Crispy mini filet, un demi-quartier de citron vert, des jalapeños et des pousses de betterave. Au moment de servir, arrose de sauce au goût.

**DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR  
GARDENGOURMET.CH/FR**