



Les plats principaux

## **Tortillas-bateau au chili con carne printanier**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients**

400 grammes courgettes (en dés)  
2 tiges de céleri (en dés)  
2 oignons (hachés fins)  
150 grammes de haricots (verts, en morceaux de 3 cm)  
2 gousses d'ail (pressées)  
1 bouquet de coriandre (fraîche)  
500 grammes viande hachée (mélangée)  
800 grammes de tomates (en morceaux en boîte)  
300 grammes de haricots kidney (en boîte)  
1 pot maïs doux  
125 grammes riz (basmati)  
8 tortillas-bateau  
200 grammes de yaourt (entier)  
1 cuillère à café de poivre de cayenne  
1 cuillère à café de cannelle en poudre  
1 cuillère à café ras-el-hanout  
2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique  
huile d'olive  
poivre  
sel

### **Méthode de préparation**

Cuisez le riz selon les indications de l'emballage. Chauffez un filet d'huile d'olive dans une casserole profonde. Ajoutez-y les légumes et l'ail et cuisez 2 minutes en remuant. Ajoutez le poivre de Cayenne, la cannelle, le ras-el-hanout, le poivre et le sel. Cuisez 5 minutes en remuant.

Ajoutez les haricots égouttés, le maïs et les morceaux de tomate. Ajoutez la viande hachée et émiettez-la avec une cuillère en bois.

Incorporez le vinaigre balsamique puis salez et poivrez éventuellement. Portez le tout à ébullition puis laissez mijoter doucement 30 minutes à feu doux avec le couvercle en oblique. Mélangez de temps en temps.

Chauffez les tortillas-bateau. Répartissez le riz et le chili dans les tortillas. Versez dessus un peu de yaourt et terminez avec la coriandre.

