



Fajitas veggies tex mex

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Recette pour 3 à 4 personnes

Ingrédients

- 1 sachet 150 g de protéines de tournesol Tex Mex Veggie Priméal
- 2 poivrons en lamelles
- 1 oignon rouge émincé
- 4 à 5 cuil à soupe de maïs doux en bocal Priméal
- Sauces au choix : tomate, ketchup, bolognaise Priméal, au yaourt...
- Herbes fraîches au choix : ciboulette, feuilles de menthe, feuilles de coriandre...
- Huile d'olive
- Tortillas

1. Verser un filet d'huile d'olive dans une sauteuse et faire revenir pendant 5 à 6 minutes à feu moyen les lamelles de poivron ainsi que l'oignon émincé en remuant régulièrement.

2. Préparer 1,5 volumes d'eau bouillante pour le volume de protéines de tournesol. Verser dans la sauteuse le tout. Laisser cuire pendant 5 à 8 minutes en remuant régulièrement.
3. Servir cette préparation avec des tortillas et les sauces choisies. Ajouter à convenance des herbes fraîches.