



Tacos de boeuf irlandais tex-mex

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 1 heure

Recette pour 6 à 8 tacos

Ingrédients

- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 oignons, hachés finement
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 2 bâtonnets de céleri coupés en dés
- 2 piments rouges, épépinés et hachés finement
- 1 c. à soupe de cumin moulu et de paprika
- 1 c. à café de coriandre moulue, de graines de fenouil, de poivre de Cayenne et d'origan séché
- Bœuf à ragoût irlandais (macreuse, poitrine...) de 1 kg, paré et coupé en morceaux de 2 cm
- 2 c. à café de poudre de cacao non sucrée
- 2 boîtes de haricots de 400 g, égouttés et rincés
- 2 boîtes de 400 g de tomates hachées
- 2 c. à soupe de purée de tomates
- 1,2 litre (2 pintes) de bouillon de poulet ou de légumes
- 12-16 coquilles à tacos
- 2-3 avocats mûrs, coupés en deux, dénoyautés et coupés en dés

- 2-3 tomates mûres
- 1 bouquet de coriandre, feuilles ramassées et hachées
- 300 ml de crème fraîche
- sel et poivre noir fraîchement moulu

1. Chauffer la moitié de l'huile dans une grande casserole et faire dorer le bœuf, une poignée à la fois. Transférer dans un bol. Ajouter le reste de l'huile dans la poêle avec les oignons, l'ail, le céleri et les piments et cuire pendant 10 minutes jusqu'à ce qu'ils soient ramollis et légèrement dorés. Incorporer les épices et l'origan et continuer à cuire pendant 1 à 2 minutes.
2. Remettre le bœuf dans le mélange d'oignons et d'épices et incorporer le cacao avec les haricots blancs, les tomates, la purée de tomates et le bouillon. Porter à ébullition, assaisonner au goût et surtout couvrir d'un couvercle. Laisser mijoter pendant une grosse demi-heure jusqu'à ce que le bœuf soit complètement tendre, en remuant de temps en temps pour s'assurer que le fond ne colle pas. La viande cuite devrait être fondante et tomber presque en morceaux.
3. Placer un peu de viande dans chaque coquille de tacos et disperser l'avocat, la tomate et la coriandre sur le dessus. Ajouter une cuillerée de crème fraîche à chacun et disposer sur des assiettes pour servir.