TARTE TORTILLA (3 à 4 pers.)

<u>Ingrédients</u> :

- 1 blanc de poulet coupé en petits morceaux
- Petit morceau de gingembre
- Une pincée de cayenne
- Demi-cuillère à café cumin moulu
- Demi oignon / ail / 2 tomates
- 1 pot sauce mexicaine (supermarché)

Moudre le gingembre, le Cayenne, le cumin, l'oignon et l'ail et mélanger avec le poulet.
Cuire dans une poêle à frire, ajouter la sauce.
Prendre un plat allant au four, le beurrer et monter comme pour des lasagnes ; une tortilla, de la sauce avec le poulet, une tortilla, de la sauce avec du poulet, etc…
Pour finir, ajouter les tomates, laisser cuire au four environ 40 min à 200°.

CHILI CON CARNE

<u>Ingrédients</u> :

- 5 oignons et 5 poivrons
- 8 carottes
- 6 grains d'ail
- 5 boîtes de pulpe de tomate
- 6 boîtes de haricots rouges
- Épices de chili et cubes de bouillon

Hacher les oignons et hacher finement l'ail, cuire le tout dans l'huile d'olive.
Ajouter la viande hachée en petite portions et bien faire revenir.

Ajouter les épices chili, les carottes et les poivrons en petits morceaux.
Ajouter les pulpes de tomates et les cubes de bouillon, en fonction de votre goût.
Éventuellement, ajouter les tomates en purée et de l'eau.
Mettre le chili con carne dans les plats allant au four avec des nachos et du fromage sur le dessus, juste avant de servir faire gratiner.

SAUCE AUX OIGNONS

Ingrédients :
- 2 pots de crème fraîche
- 2 oignons
- demi-pot de mayonnaise
- 1 gousse d'ail, poivre, sel, persil

Hacher les oignons et l'ail, ajouter la crème fraîche.
Hacher le persil et l'ajouter, assaisonner avec sel et poivre.
Mélanger le tout et ajouter la mayonnaise à votre convenance.

SALADE POUR LES TACOS

Salade en feuille, maïs, tomates en rondelles, persil, fromage.

GUACAMOLE

Ingrédients :
- 6 avocats et 3 tomates
- 1 oignon et 2 gousses d'ail
- poivre et sel
- jus de citron
- tabasco
- Fromage blanc (moitié)

Éplucher les avocats, hacher finement l'oignon et l'ail.
Éplucher les tomates et enlever les graines, les couper en morceaux
Ajouter du sel, du poivre et quelques gouttes de tabasco.
Ajouter le fromage blanc et tout réduire en purée (mixer) avec quelques gouttes de citron

DESSERT AVEC ANANAS ET BANANES (4 pers.)

Ingrédients :
- 4 bananes
- 1 ananas, (ou boîte)
- 2 cuillères à soupe de beurre, de sucre
- 2 cuillères à soupe de rhum, de citron, de chocolat

Couper l'ananas en petits cubes. Chauffer le beurre avec le sucre et rhum sans le faire cuire. Ajouter l'ananas et mélanger.
Partager les bananes dans un plat de service ou des coupelles, asperger les avec le citron et verser l'ananas sur les bananes.
Râper le chocolat sur le dessus.