

# TACOS LYONNAIS

## 1°) Tortillas :

Préparation : 10 minutes

Repos : 1 heure (*facultatif*)

Cuisson : 20 minutes

### **Pour 12 tortillas de blé :**

- 400 g de farine + quelques poignées pour le plan de travail
- 1 cuillère à café de sel
- 220 ml d'eau tiède
- 50 ml d'huile d'olive

Dans un saladier, mélanger la farine et le sel. Ajouter l'huile d'olive et l'eau. Pétrir pour former une boule de pâte souple.

### Partie facultative :

Couvrir avec un torchon et laisser reposer une heure à température ambiante.

Partager la pâte en 12 parts égales. Les rouler en boules et les réserver sous un torchon pour ne pas qu'elles sèchent.

Sur le plan de travail fariné, aplatir les boules une par une, en les tournant régulièrement, pour obtenir des galettes régulières d'environ 20 cm de diamètre.

Faire chauffer une poêle. Quand elle est bien chaude, y faire cuire les tortilla pendant 1 minute de chaque côté. Elles doivent être légèrement dorées mais souples.

Conserver les tortillas dans un grand sac de congélation jusqu'au repas pour éviter qu'elles ne se dessèchent.



(Tiré de <http://www.fastfoodtoimeme.com/tortillas-de-harina-galettes-mexicaines-auble/#comment-13270>)

## 2°) La farce :

### Ingrédients (pour deux personnes) :

- 2 grandes tortillas,
- 3 escalopes de poulet,
- 1 oignon,
- 1 tomate,
- 5 pommes de terre,
- 1 briquette de crème liquide,
- 2 poignées de gruyère râpé,
- 4 toastinettes (fromage à hamburger),
- 3 feuilles de salade,
- sauce de votre choix (ketchup, mayo, sauce algérienne, sauce samouraï, sauce blanche,...)
- sel, poivre.



### Méthode :

Éplucher les pommes de terre et les couper en forme de frites. Les cuire grâce à la méthode de votre choix (je possède chez moi l'Actifry, le luxe ! ).

Couper en petites lamelles les escalopes de poulets. Cuire, saler et poivrer.

Couper la tomate en rondelles.

Émincer les oignons et les faire revenir dans une poêle.

Réaliser la sauce gruyère. Pour cela, faire chauffer la crème dans une casserole. Une fois chaude, verser le gruyère et laisser fondre tout en remuant. Saler et poivrer.

*(Vous pouvez aussi faire chauffer la crème, y ajouter le gruyère et les toastinettes (coupés en morceau) et incorporer, après avoir bien mélangé, du poivron jaune et rouge préalablement hâchés menus voire mixés. Assaisonnez selon votre goût d'épices)*

Disposer la tortilla sur le plan de travail. Badigeonner la tortilla de la sauce de votre choix (ketchup, mayo, sauce algérienne, sauce samouraï, sauce blanche, ...).

Commencer à mettre la salade coupée en morceaux au milieu de la tortilla. Ajouter ensuite les rondelles de tomate, les oignons, les frites, puis les morceaux d'escalope et terminer par la sauce gruyère et les deux toastinettes.



Fermer le tacos en rabattant la partie supérieur vers le centre puis la partie inférieur vers le centre,

au dessus.

Enfin, rabattre les deux extrémités pour pouvoir fermer le tacos. (Pour faciliter la tenue de la fermeture, mettre des pointes de sauce en guise de colle).

Facultatif :

Le retourner et le faire cuire immédiatement dans une poêle (sans matière grasse). Cuire 2 minutes environ de chaque côté.

**C'est délicieux !**

(Tiré de <http://charlotteauchocolat58.blogspot.fr/2014/03/le-tacos-lyonnais-maison.html>)