

BOULETTES DE VIANDE



Ingrédients (pour 48 boulettes) :

1,5 Kg de viande coupée en cubes (porc, agneau, bœuf, poulet ou un mélange)

1 botte de persil

1 botte de coriandre

1 poivron

2 gros oignons

4 gousses d'ail

2 œufs

Epices au choix (gingembre, cumin, ras el hanout, piment fort, citronnelle)

Sel et poivre

- Hachez la viande au hachoir, le persil, la coriandre, le poivron (épépiné), l'oignon et l'ail, ajoutez les œufs et les épices.
- Mélangez l'ensemble à la main pendant 2-3 minutes puis mettre au frais et laissez reposer 1 ou 2 heures.
- Prenez 1 cuillère à soupe de viande et formez une boulette avec votre main.
- La cuisson des boulettes peut se faire de plusieurs façons, la plus simple étant de les faire revenir dans un peu d'huile environ 4 min de chaque côté. Il est aussi possible de les faire cuire en les plongeant dans la sauce tomate.
- Les boulettes cuites se congèlent sans aucun problème.