

Boulettes au boeuf



Plat **Facile**

Pour : 6 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 20 mn

Ingrédients

- 750 g de boeuf haché
- 1 oignon
- 2 échalotes
- 3 gousses d'ail
- 3 tranches de pain de mie
- 20 cl de lait tiède
- 2 oeufs
- persil
- 1 cc de gingembre moulu
- 2 cc de ras el harrouit
- 1 cc de sel fin

Préparation

- 1 Faites tremper le pain de mie dans le lait tiède. Dans un saladier, mettez votre viande hachée, l'oignon, les échalotes et l'ail coupés finement. Salez, ajoutez le gingembre, le ras el harrouit, mélangez. Rajoutez le pain de mie, les oeufs et mélangez.
- 2 Formez des boules avec la paume de vos mains de la grosseur d'une belle noix. Réservez dans un plat au réfrigérateur 30 minutes. Faites revenir à la poêle, soit dans de l'huile, soit dans de la margarine.
- 3 Accompagnez d'une sauce tomate et de pâtes ou de riz.

Proposé par

josie

bonjour! des recettes faciles à réaliser, bonnes à déguster!!vous trouverez mes recettes sur mon blog:<http://www.certifirme.com/blog/index.php?id=505>

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

