

Paprikas

Cuisine d'ici et d'ailleurs

MIJOTES DE BOULETTES AUX PETITS POIS

Pour 4 personnes

Préparation : 30 mn

Cuisson : 45 mn

Ingrédients pour les boulettes :

- 400 g de viande hachée
- 1 cuillère à soupe de coriandre hachée
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 cuillère à café de paprika
- Poivre
- Sel

Ingrédients pour la sauce :

- 3 tomates
- 250 g de petits pois
- 4 pommes de terre épluchées et coupées en dés
- 1 oignon
- 1 cuillère à soupe de coriandre hachée
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 cuillère à café de paprika
- 4 pincée de gingembre en poudre
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Poivre
- Sel
- 300 ml d'eau

Préparation :

Pelez et émincez les oignons et l'ail. Ebouillantez les tomates et les peler. Les couper ensuite en petits dés.

Mettre l'huile d'olive dans une cocotte sur feu moyen. Y ajoutez les tomates, l'oignon, l'ail, la coriandre et les épices. Laissez mijoter 10 mn. Ajoutez les petits pois et les 300 ml d'eau, laissez cuire 20 mn.

Pendant ce temps, réunir la viande, la coriandre et les épices. Mélangez en pétrissant la viande pendant quelques instants. Confectionnez des boulettes de la taille d'une noix puis ajoutez-les avec les dés de pommes de terre à la sauce aux petits pois et laissez cuire pendant 15 mn.

Bon appétit.