

Paprikas

Cuisine d'ici et d'ailleurs

PAIN DE VIANDE DE LA MEDINA

Pour 4 personnes



Préparation : 30 min

Cuisson : 50 min

Ingrédients :

- 400 g de viande de boeuf hachée
- 1 oignon
- 1/2 botte de persil plat
- 5 oeufs
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 1 cuillère à café de coriandre en poudre
- 1 cuillère à café de ras el hanout
- 1 cuillère à café de curcuma
- 1/2 cuillère à café de gingembre en poudre
- 3 pincées de cumin
- Sel
- Poivre

Préparation :

Préchauffez le four à 150°.

Faites bouillir 3 oeufs 10 min, puis écalez-les. Réservez. Mettez la viande hachée dans le bol d'un robot, ajoutez l'oignon émincé, le persil haché et l'ail pilé. Assaisonnez de coriandre en poudre, ras el hanout, curcuma, gingembre en poudre, cumin, sel et poivre.

Cassez 1 oeuf sur le mélange. Amalgamez le tout en 2 tours de robot-mixeur. Retirez du bol la farce ainsi obtenue. Déposez-la dans un plat à four nappé de beurre fondu.

Malaxez bien la viande pour lui donner une forme de pain. Arrondissez les extrémités. Du bout des doigts, pratiquez une rigole centrale sur toute la longueur de la viande.

Rangez les oeufs durs dans le milieu de la viande. Refermez la farce par-dessus. Régularisez la surface avec la main ou la spatule. Lissez avec un peu d'eau si besoin.

Pratiquez de petites incisions au couteau sur le dessus de la viande. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez le pain de viande avec l'oeuf restant battu. Faites cuire le pain au four pendant 40 min.

Servez le pain de viande tranché accompagné d'une salade tomates et des pommes de terre sautées.

www.paprikas.fr