

# FAUSSES BOULETTES

## INGREDIENTS : (pour 2)

Pour les boulettes

2 steaks hachés

1/2 oignon

un œuf

une c à s de chapelure

du persil, sel, poivre, curcuma, cumin,  
carvi, muscade,



Pour la sauce

1/2 oignon

300 ml de tomates en purée

sel, poivre, une c à café de sucre en poudre, herbes de Provence

## PREPARATION :

Pour les boulettes :

Hacher tous les ingrédients dans le mixer sauf la viande

Rajouter la viande et mixer légèrement pour pas que le mélange soit trop fin

Mettre dans un moule à cake

Faire cuire à four 180° une vingtaine de mn environ (plus si on double les quantités)

Pour la sauce :

Faire revenir l'oignon, rajouter la tomate en purées, sel, poivre, sucre et les herbes de Provence

Laisser mijoter 15 mn

Découper le pain de viande et napper avec la sauce. 😊



<http://katarinetta.canalblog.com/>