



BOULETTES AUX EPICES ET AU CITRON

Pour 4 personnes :

450g agneau haché - 3 gros oignons râpés - Feuilles de persil plat hachées - 2 càc cannelle en poudre - 1 càc cumin en poudre - 1 pincée de poivre de Cayenne - 40g beurre - 25g gingembre frais épluché et râpé - 1 petit piment sec finement haché - 1 pincée de pistils de safran - Feuilles de coriandre hachées - 1 citron pressé - 30cl d'eau - sel - poivre

Mettre dans le robot la viande hachée, la moitié des oignons hachés, le persil, la cannelle, le cumin et le poivre de Cayenne. Assaisonner et mélanger. Former des boulettes de la taille d'une noix.

Dans une poêle, faire fondre le beurre et faire revenir le reste des oignons avec le gingembre, le piment et le safran. Remuer jusqu'à ce que les oignons soient fondus, ajouter la coriandre et le jus de citron.

Verser l'eau, saler et porter à ébullition. Poser les boulettes dans la poêle, baisser le feu et couvrir. Laisser mijoter en les retournant de temps en temps pendant 20min de cuisson.

Retirer le couvercle. Faire cuire à découvert 10min.

Servir avec une purée maison éventuellement.

Menus Propos © 2007

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

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr