Boulettes de viandes au curry et son riz aux poivrons

0

Par Cathy B.
Gourmet expert
Conseillère Guy Demarle

Préparation :	**30 min**
Cuisson :	**25 min**
Coût :	**2**
Difficulté :	**1**
Nombre de personnes :	**6**

signaler un problème

INGREDIENTS

Pour les boulettes de viandes

1 échalote *1 gousse(s) d'ail dégermée* *2 biscottes* *1 oeuf entier* *2 c. à c. de moutarde à l'ancienne* *1 c. à c. de curry en poudre* *4 pincée(s) de sel fin de Guérande* *5 tours de moulin à poivre 5 baies* *300 g de boeuf haché* *300 g de chair à saucisse*

Pour le menu complet vapeur

1200 g d'eau *1 cube de bouillon de boeuf* *300 g de riz basmati* *1 gros poivron rouge* *1 gros poivron jaune*

Pour la sauce

500 g de bouillon de cuisson conservé *40 g de beurre doux* *50 g de farine T45* *2 c. à c. de curry en poudre* *2 pincée(s) de sel fin de Guérande* *4 tours de moulin à poivre 5 baies* *100 g de crème épaisse entière*

PRÉPARATION

	Accessoires	Durées	°C	Vitesse	Turbo ou pétrissage
POUR LES BOULETTES DE VIANDES					
Couper l'échalote en 2 et dégermer la gousse d'ail. Mettre en route l'étape et les jeter immédiatement sur le lames 5 secondes - vitesse 6.		5 sec		6	
Ajouter les biscottes et mixer 10 secondes - vitesse 6.		10 sec		6	
Ajouter l'œuf, la moutarde à l'ancienne, le curry, le sel et le poivre. Mélanger 10 secondes - vitesse 4.		10 sec		4	
Ajouter la viande de boeuf hachée et la chair à saucisse. Mélanger 25 secondes - vitesse 5.		25 sec		5	
Avec la farce obtenue, former des boulettes (entre 15 et 18) selon la taille. (astuce pour éviter que la farce colle aux mains: je me les huile à l'huile d'olive) Placer sur le plateau du cuit vapeur et réserver.				0	
POUR LE MENU COMPLET VAPEUR					
Dans le bol lavé, verser l'eau, le cube bouillon de boeuf.				0	
Ôter le couvercle. Placer le panier inox. Ajouter le riz basmati. Fixer le cuit-vapeur sur le bol et verrouiller.				0	

PRÉPARATION

	Accessoires	Durées	°C	Vitesse	Turbo ou pétrissage
Détailler le poivron en lamelles, placer dans le fond du cuit vapeur. Poser le plateau avec les boulettes de viandes au curry et fermer avec le couvercle. Cuire en combiné 20 minutes - 140°C - vitesse 2.		20 min	140 °C	2	
Dresser le riz, les lamelles de poivrons et les boulettes dans un plat de service. Réserver. IMPORTANT : Conserver le bouillon de cuisson.				0	
POUR LA SAUCE					
Verser le bouillon de cuisson, ajouter le beurre, la farine, le curry, le sel et poivre. Cuire 1 minute 30 - 100°C - vitesse 5. (sans verre doseur)		1 min 30 sec	100 °C	5	
Ajouter la crème épaisse entière et mélanger 15 secondes - 100°C - vitesse 5. (sans verre doseur)		15 sec	100 °C	5	
Replacer le verre doseur et lisser la sauce par 2 tours - fonction Turbo.					2T
Servir la sauce avec les boulettes, le riz et les poivrons.				0	