

Mijoté de petites boulettes

Ingrédients

Hâché (400 gr de veau et 100 gr de porc)
2 petits suisses - 1 échalotes - 3 cm de gingembre
2 chicons - 1 gousse d'ail - Haricots rouges
Noix de muscade râpée, poivre, cannelle
Piment d'espelette - Crème fraîche



Réalisez les petites boulettes en mélangeant le veau et le porc. Ajoutez-y les petits suisses, la noix de muscade, le poivre, un peu de cannelle et du piment d'espelette suivant vos goûts.

Dans un bon bouillon de volaille (la cuisson avec la carcasse vous apporte du collagène), cuisez les boulettes. Après 1/4h, faites-les sauter dans une poêle bien chaude quelques minutes.

Dans votre mijoteuse, faites revenir l'échalote émincée, le gingembre râpé et les chicons coupés très finement. Ajoutez vos boulettes en remettant un peu de bouillon, une gousse d'ail et des haricots rouges.

Rajoutez un filet de crème fraîche en fin de cuisson.

Accompagnez votre préparation de pommes de terre ou de riz complet.

Bon appetit.



Joseph
design.be

L'ustensile de
la semaine !

Cocotte Green Pan

pour un mijoté au top!

Ø22: 99€
Ø24: 109€
Ø26: 129€



chèze de Charleroi 1 à Thorembais-les-Béguines
info@josephdesign.be - Téléphone : 010 247 287
Du mercredi au samedi de 10h à 18h

