

Boulettes de viande hachée aux petits pois

● **Difficulté** : Facile

● **Préparation** : 10 min / **Cuisson** : 25 min

Ingrédients pour personnes :

- 400 g de petits pois extra fins
 - 400 g de viande hachée
 - 1 cuil à soupe d'oignon
- 4 cuil à soupe de concentré de tomates
 - 1 cuil à soupe d'huile d'olive
 - 2 cuil 1/2 à café de curcuma
 - 1/2 cuil à café d'ail
- 1 tranche de pain de mie trempé dans le lait
 - Sel / Poivre

Préparation :

Faire tremper la tranche de pain de mie dans 2 cuil à soupe de lait

Préparer vos boulettes de viande en mélangeant : la viande puis 2 cuil à café de curcuma, 1/2 cuil à café d'ail semoule et la tranche de pain de mie.

Former des boulettes de la taille d'une noix

Faire dorer votre oignon dans l'huile d'olive, puis déposer les boulettes de viande et ajouter 1/2 verre d'eau.

Après 5 min de cuisson enlever les boulettes, mettre le curcuma restant (la 1/2 cuil à café), ajouter aussi le concentré de tomates, bien mélanger le tout, remettre les boulettes et cuire a feu doux pendant 10 min

Recettes de Caline

Ajouter les petits pois et laisser encore cuire 10 min.

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!