

Boulettes de boeuf à l'italienne en moins de 15 minutes (VIDÉO)

RECETTES - REPAS - VIANDES



NOMBRE DE PORTION : 4-6

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 12 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 2 tranches de pain Toscana Villaggio
- 2 gros œufs
- 3/4 tasse de fromage Romano ou Parmesan
- 1/4 tasse de persil émincé
- 2 c. à soupe d'épices italiennes
- Sel et poivre
- 450 g de bœuf haché maigre
- 1/2 tasse de mozzarella coupé en cube de 1 cm
- 2 c. à soupe d'huile d'olive

Préparation

1. Préchauffer le four à 350F.
2. Mettre le pain Villaggio Toscana au grille-pain et régler la température à la plus haute. Le pain doit être très bien grillé. Une fois grillé, mettre le pain dans le robot culinaire et actionner jusqu'à ce que le pain soit réduit en graines et ressemble à de la chapelure.
3. Mélanger ensemble le Romano, le persil, les œufs, le sel et le poivre, les épices italiennes et la chapelure de pain Toscana Villaggio. Bien battre ensemble. Ajouter le bœuf haché. Bien mélanger avec les mains jusqu'à ce que ça soit homogène.
4. Former des boulettes avec les mains. Insérer un cube de fromage au centre. Bien refermer la boulette. Chauffer une poêle à feu moyen-vif. Ajouter l'huile d'olive et y faire dorer les boulettes

de chaque côté. Terminer la cuisson au four pendant 12 minutes.

5. Servir sur des pâtes avec une sauce tomate.