

RECETTES

Ragoût de boulettes

- Portions 4-6
- Préparation 20 min
- Cuisson 40 min



Ingrédients

1 oignon, haché
30 ml (2 c. à soupe) de persil
frais, haché
3 pincées cannelle moulue
3 pincées muscade moulue
3 pincées clous de girofle moulus
1 kg (2,2 lb) de porc haché maigre
Sel et poivre, au goût
30 ml (2 c. à soupe) de beurre
750 ml (3 t.) de bouillon de poulet
60 ml (1/4 t.) de farine grillée
60 ml (1/4 t.) d'eau froide

(verso pour directions)

RECETTES

Préparation

1. Dans un bol, mélanger l'oignon avec le persil, la cannelle, la muscade et le clou de girofle.
2. Ajouter la viande. Saler et poivrer. Façonner des boulettes de 4 cm (1 1/2 pouce) environ.
3. Dans un chaudron, faire fondre le beurre et faire revenir les boulettes environ 5 minutes. Verser le bouillon. Couvrir et laisser mijoter à feu doux de 30 à 45 minutes.
4. Retirer les boulettes.
5. Délayer la farine dans l'eau froide. Verser progressivement dans le bouillon en fouettant jusqu'à ce que la sauce s'épaississe.
6. Ajouter les boulettes et laisser mijoter quelques minutes avant de servir.

Cuisson à la mijoteuse

1. Commencer la préparation selon la méthode présentée ci-dessus. Une fois les boulettes dorées, transférer dans la mijoteuse.
2. Dans un bol, délayer la farine dans 375 ml (1 1/2 tasse) de bouillon et verser sur les boulettes.
3. Couvrir et laisser mijoter de 6 à 8 heures à faible intensité.