



Mini boulettes de viande avec de la purée de pomme de terre et brocolis



Categoria
Carne



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Fácil



Custo
Économique




Com quem?
En famille



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

 50ml Gallo Huile d'Olive
Vierge Extra Classique

- 600gr viande de veau achée
- 50gr oignon émincé
- 5gr ail haché
- 150gr tomate pelée
- 1,7kg pommes de terre
- 400gr brocolis
- Sel et poivre au goût
- Persil au goût

1

Commencez par assaisonner la viande avec du sel et du poivre.

2

Ensuite, faites des petites boulettes de viande et placez-les sur un plateau.

3

Réchauffez une poêle avec la moitié de l'huile d'olive et placez-y les boulettes et faites-les saisir.

4

Après devenir dorées, ajoutez l'ail et l'oignon et laissez mijoter pendant 2-3 minutes.

5

Ajoutez-y du vin blanc et laissez que l'alcool s'évapore.

6

Ajoutez la tomate en morceaux et rectifiez l'assaisonnement. Couvrez et laissez cuire pendant 10 minutes à feu doux, en mélangeant occasionnellement.

7

Epluchez les pommes de terre et mettez-les à cuire dans de l'eau salée.

8

Une fois cuites, égouttez-les et passez-les au passe-vite. Assaisonnez avec du sel, poivre et le reste de l'huile d'olive.

9

Coupez les brocolis en petites « arbres » et faites cuire à la vapeur.

10

Servez avec du persil émincé sur les boulettes.



Dicas do Chef

Celle-ci est une recette très amusante à faire avec les enfants – essayez de les captiver en leur donnant des tâches et amusez-vous!

Produtos utilizados



Classique

Huile d'Olive Vierge Extra



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide