

# Recette de polpette (boulettes de viande)

## Le matériel

### Liste des ustensiles nécessaires

- 1 saladier
- 1 poêle
- 1 grande casserole ou un faitout

## Les ingrédients

### LES BOULETTES

- 350 grammes de viande hachée de boeuf
- 350 grammes de viande hachée de porc
- 2 oeufs
- 50 grammes de chapelure
- 50 grammes de parmesan râpé
- 1,5 dl de coulis de tomates
- 2 oignons
- 3 gousses d'ail
- basilic
- 1 cuillère à café de sel
- Huile d'olive

### LA SAUCE

- 7 dl de coulis de tomates
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 cuillère à soupe de sucre
- Origan ou marjolaine
- Sel
- Huile d'olive

## Les étapes pour la préparation de la recette des polpettes

**Etapes pour la préparation des boulettes :**

1. Dans un grand saladier, battez les oeufs et ajoutez la chapelure, le coulis de tomates et le parmesan. Remuez;
2. Hachez et ajoutez un demi bouquet de basilic (ou une poignée de basilic surgelé);
3. Epluchez et hachez les oignons et l'ail (vous pouvez en profiter pour éplucher et hacher en même temps l'oignon et l'ail servant à la sauce) et ajoutez-les;
4. Ajoutez les 2 viandes hachées et saupoudrez le sel. Malaxez jusqu'à obtenir un mélange homogène puis formez des boulettes d'environ 5 cm de diamètre;
5. Dans une grande poêle, faites chauffer de l'huile d'olive et saisissez les boulettes puis baissez le feu et cuisez-les pendant une dizaine de minutes. Remuez ou retournez-les souvent (selon leur forme). Le porc doit être bien cuit. Si vous faites des boulettes uniquement avec du boeuf, vous pouvez les cuire un peu moins, selon vos goûts. Pendant la cuisson des boulettes, vous pouvez commencer à préparer la sauce;
6. Réservez les boulettes au chaud.

### **Etapes pour la préparation de la sauce:**

1. Dans une grande poêle à bords hauts, faites chauffer de l'huile d'olive à feu doux et faites y revenir l'oignon quelques minutes;
2. Ajoutez le coulis de tomates, le sucre et le sel. Laissez mijoter 10 minutes en remuant de temps en temps;
3. Ajoutez l'ail haché et l'origan. Remuez;
4. Ajoutez les boulettes et maintenez au chaud à feu doux pendant que vous cuisez les pâtes (spaghetti ou penne par exemple).

**Conseil:** une fois les pâtes égouttées, ajoutez un bon filet d'huile d'olive et mélangez. Dressez les assiettes avec les pâtes, la sauce puis les boulettes posées dessus