

## Boulettes plates façon Rémy

Cette recette de viande hachée facile à faire peut se servir avec du riz, une salade verte, des frites ou enfin avec ce que vous voulez, comme des endives braisées, des pommes de terre rissolées, etc.



### Ingrédients pour 2 personnes

350g de viande hachée (15% ou 10% de gras).

Un oignon, du sel, du poivre, si vous aimez un peu de cumin, une tranche de pain de mie blanc (sans croûte), une râpe de mandoline ou un mixeur, de l'huile végétale pour la cuisson.

Note : la tranche de pain de mie apporte de la souplesse à la viande.



### Etape 1

Râper l'oignon après l'avoir épluché à l'aide de la râpe d'une mandoline ou un mixeur jusqu'à l'obtention d'une purée. Ajouter le sel, le poivre et le cumin (si vous aimez). Mélanger avec une fourchette avant d'ajouter la tranche de pain de mie. Continuer à remuer pour que la mie soit imbibée du jus et de la purée d'oignons.



### Etape 2

Ajouter la viande hachée et continuer à remuer le tout pour qu'un premier mélange se fasse.

Malaxer tout cela avec les deux mains comme pour pétrir de la farine pour faire du pain.

Une fois que la viande hachée a absorbé tout ce qu'on a mis dedans (si cela vous plaît, vous pouvez ajouter de l'aneth ou du persil plat ciselé).



### **Etape 3**

Il faut diviser la viande hachée préparée en deux puis encore une fois les deux moitiés, en deux faisant ainsi 4 parts de boulettes. Si vous préférez des portions plus petites divisez votre viande hachée comme vous voulez avant de faire des boulettes entre vos mains et finir en les aplatissant.



### **Etape 4**

Une fois que les boulettes sont préparées et aplaties dans le creux de vos deux mains, vous pouvez les faire cuire dans une poêle avec un peu d'huile végétale, à feu doux pour que l'intérieur de vos boulettes aient le temps de cuire.

Bon appétit !

N'hésitez pas à contacter le chef si vous avez des questions sur ses recettes :  
[remy.arca@outlook.fr](mailto:remy.arca@outlook.fr)