



6 personnes



20 min



40 min

Boulettes de veau au parmesan

Préchauffer le four à 170° C (Th. 5-6).

Hacher le basilic et le parmesan puis les mélanger avec l'oeuf et le haché de veau.

Ajouter la poudre d'amandes, les raisins secs, saler, poivrer et mélanger.

Confectionner des boulettes régulières dans le creux de la main puis les disposer dans un grand plat à gratin.

Les arroser avec l'huile d'olive et les cuire 20 minutes au four en les remuant de temps en temps pour bien les dorer sur toutes les faces.

Verser le coulis de tomates, ajouter le thym et le laurier puis poursuivre 20 minutes en arrosant régulièrement les boulettes avec la sauce.

Servir les boulettes de veau nappées de sauce tomate et accompagnées d'une semoule de couscous.

Veau : 500g hachés
Tabasco : (facultatif)
Sel
Laurier - thym : (facultatif)

Basilic en feuille : 3 branches
Parmesan : 150g
Raisins secs : 50g
Poudre d'amande : 50g
Oeuf : 1
Coulis de tomates : 500mL
Huile d'olive : 4 CS
Poivre