



Veau

Boles de picolat - boulettes de viande à la catalane



4h10

30 min

3h40

0

943

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les boulettes de viande

350 g **Boeuf haché**
250 g **Chair à saucisse**
60 g **Poitrine de porc**
30 g **Cèpe**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
20 g **Chapelure**
2 **Gousse(s) d'ail**
1 **Persil plat**
1 **Sel**
1 **Poivre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**

Ingrédients pour la sauce à la tomate

5 **Tomate(s)**
70 g **Concentré de
tomate**
4 **Carotte(s)**
1 **Oignon(s)**
1 **Gousse(s) d'ail**

Étape 1

Préparation des haricots blancs

- 1 La veille, faire tremper les haricots dans de l'eau claire.
- 2 Le jour même, éplucher les gousses d'ail avec un couteau d'office.
- 3 Vider l'eau des haricots, les mettre dans une casserole. Remplir d'eau à hauteur, ajouter le bouquet garni et les gousses d'ail. Assaisonner.
- 4 Couvrir et faire cuire à feu doux pendant environ 1h30. Réserver.

Étape 2

Préparation de la sauce à la tomate

- 1 Eplucher et tailler l'oignon et les carottes en mirepoix.
- 2 Les faire rissoler dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive puis verser la farine en pluie afin de lier les ingrédients.
- 3 Peler, épépiner et couper les tomates en quartiers. Les ajouter à la sauteuse avec le concentré de tomate, laisser réduire ce mélange.

- 4 Mouiller avec le fond de veau et porter à ébullition.
- 5 Eplucher l'ail, l'ajouter avec le bouquet garni. Assaisonner de sel et de poivre.
- 6 Faires cuire 1h30 à couvert.

Étape 3

Préparation des boulettes de viande

- 1 Parer et émincer finement les cèpes avec un couteau éminceur.
- 2 Dans un saladier, mélanger avec les mains le boeuf, la chair à saucisse, le porc haché, la chapelure, l'oeuf et les cèpes émincés. Assaisonner de sel et de poivre.
- 3 Eplucher l'ail, le réduire en purée à l'aide du presse-ail, l'ajouter au saladier.
- 4 Ciseler le persil avec un couteau éminceur et l'ajouter au saladier.
- 5 Former des boules de farce de 5 ou 6 cm de diamètre.
- 6 Dans une poêle, saisir les boulettes de viande dans un peu d'huile d'olive. Les faire cuire sur toutes les faces.
- 7 Ajouter les boles à la sauce tomate. Porter à ébullition et cuire à feu doux à couvert durant 30 à 40 minutes.

Étape 4

Dressage

- 1 Servir les boles dans leur sauce tomate dans un plat de service.
- 2 Proposer les haricots blancs chauds à part.

50 cl **Fond brun de veau**
30 g **Farine**
1 **Bouquet garni**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour les haricots blancs

320 g **Haricots blancs**
1 **Bouquet garni**
2 **Gousse(s) d'ail**
1 **Sel**
1 **Poivre**