



Finger food

Boulettes de ricotta



1h15 **15 min** **30 min** **30 min** **540**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les boulettes de ricotta

150 g **Ricotta**
100 g **Parmesan**
150 g **Pain de mie**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
3 c. à soupe **Persil plat**
1 **Poivre noir**
1 pincée(s) **Noix de
muscade en poudre**

Ingrédients pour la friture

1 litre(s) **Huile pour
friture**
75 g **Chapelure**

Ingrédients pour la sauce

400 ml **Coulis de tomates**
1 c. à café **Sucre semoule**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des boulettes

- 1 Laver et ciseler le persil plat.
- 2 Mettre la ricotta, le parmesan et l'oeuf dans un saladier.
- 3 Fouetter vivement ce mélange.
- 4 Ajouter le pain de mie émietté du bout des doigts, le persil, le poivre et la noix de muscade. Mélanger de nouveau pour obtenir une préparation mousseuse. Placer au frais pendant 30 minutes.
- 5 Si la préparation est trop liquide, ajouter un peu de pain de mie.

Étape 2

Cuisson et dressage des boulettes

- 1 Préchauffer la friteuse à 180°C (Th.6). Disposer la chapelure dans une assiette.
- 2 Sortir la pâte du réfrigérateur. Prélever des boules de la taille d'une noix.
- 3 Passer ses mains sous l'eau froide pour éviter que la pâte ne colle aux doigts.
- 4 Les rouler délicatement dans la chapelure.
Les faire cuire dans le bain d'huile bouillante pendant 10

- 5 minutes. Compter 6 boulettes par fournée.
- 6 Les disposer dans un plat recouvert de papier absorbant pour éponger la graisse.
- 7 Faire chauffer le coulis de tomates dans une casserole avec le sucre. Assaisonner.
- 8 L'ajout de sucre permet de neutraliser l'acidité de la tomate.
- 9 Servir les boulettes de ricotta avec le coulis de tomates.