



*Finger food*

## Mini-muffins pizza



**1h20** **25 min** **35 min** **20 min** **800**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour les boulettes de viande

150 g **Chapelure**  
250 ml **Lait écrémé**  
50 g **Beurre doux**  
3 c. à soupe **Huile d'olive**  
3 **Oignon(s)**  
100 g **Escalope(s) de veau**  
100 g **Filet(s) de porc**  
400 g **Boeuf haché**  
1 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**  
1 c. à café **Noix de muscade en poudre**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**  
1 **Farine**

### Ingrédients pour la sauce

12 g **Farine**  
250 ml **Bouillon de volaille**  
225 g **Crème fraîche**

### Étape 1

#### Préparation des boulettes de viande

- 1 Verser la chapelure et le lait dans un saladier et laisser gonfler. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
- 2 Faire chauffer le beurre et l'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive.
- 3 Eplucher et ciseler les oignons à l'aide du couteau de cuisine.
- 4 Faire suer les oignons 2 à 3 min dans la poêle sur feu doux. Ils ne doivent pas colorer.
- 5 Utiliser la même poêle pour la cuisson des boulettes de viande.
- 6 Hacher le veau et le porc dans le robot multifonction.
- 7 Ajouter le bœuf haché, les oignons, le mélange de chapelure et de lait, l'œuf et la muscade.
- 8 Saler, poivrer puis mixer jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Transférer la préparation dans un grand saladier.
- 9 Verser la farine dans une assiette creuse.
- 10 Former des boulettes de viande à la main puis les rouler dans la farine.
- 11 Faire chauffer le beurre et l'huile d'olive dans la poêle

sur feu doux et y déposer les boulettes de viande.

- 12** Cuire les boulettes de viande sur feu doux pendant 30 min, en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois.
- 13** Une fois cuites, réserver les boulettes de viande dans un plat et s'assurer qu'elles restent chaudes.
- 14** Conserver le jus de cuisson dans la poêle pour la sauce.

## **Étape 2**

### Préparation de la sauce

- 1** Faire chauffer la poêle sur feu doux pour faire réduire le jus de cuisson de la viande.
- 2** Une fois que le jus de cuisson a bien réduit, ajouter la farine et fouetter.
- 3** Ajouter le bouillon de volaille et la crème épaisse. Fouetter à nouveau.
- 4** Augmenter la puissance de feu et porter la préparation à ébullition pendant 2 à 3 min jusqu'à ce que la sauce devienne plus épaisse.

## **Étape 3**

### Dressage

- 1** Verser la sauce dans un plat puis disposer les boulettes de viande.
- 2** Servir immédiatement.