

# BOULETTES DE BOEUF



pour 4 personnes



10 mn



15 mn

## Ingrédients :

1 kg de viande de boeuf hachée  
2 gousses d'ail  
150 g d'oignons  
2 cuillère à soupe d'**huile spéciale orientale**  
1/2 cuillère à soupe de cumin  
2 cuillère à soupe de persil haché  
40 g de beurre doux  
Sel / Poivre

## Préparation :

1. Eplucher et émincer l'ail. Peler et hacher grossièrement les oignons.
2. Mélanger la viande hachée avec les oignons hachés, l'ail émincé, le persil haché et le cumin en poudre dans un saladier.
3. Saler et poivrer.
4. Former environ 10 à 12 boulettes avec les mains. Mettre les boulettes dans une assiette. Faire chauffer le beurre doux et l'huile orientale dans une cocotte.
5. Faire cuire les boulettes pendant 15 minutes à feu doux, les retourner régulièrement.
6. Parsemer de persil haché et servir.
7. Accompagner les boulettes avec de la semoule, des tagliatelles ou du riz...

