Cuisine en bouche La recette

350 gr de viande de boeuf haché, quelques feuilles de coriandre fraîche (6), quelques feuilles de menthe fraîche (3 gr)

1 oignon, 1oeuf, 50 gr de pain sec, 1 cuillère à café de baharat

Pour la sauce

1 tomate, 1 oignon, spigol



Faire tremper le pain en ayant retirer la croûte.





Dans le bol d'un mixer, **mettre** tous les ingrédients et **mixer** jusqu'à **obtenir** un mélange homogène.

Saler et poivrer



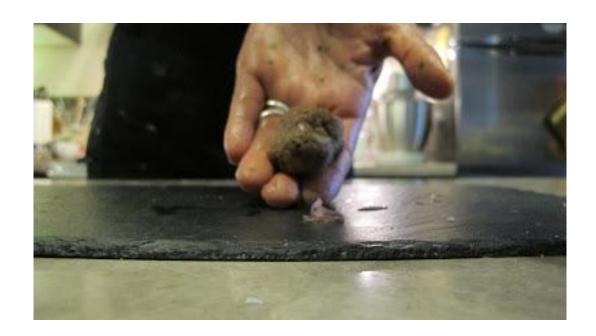
Dans un faitout, **déposer** 2 cuillères à soupe d'huile et dès qu'elle est chaude, **déposer** l'oignon râpé.

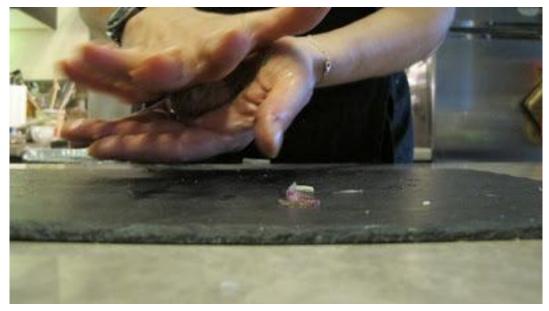


Faire **rissoler** l'oignon et ensuite **rajouter** la tomate râpée. Saler, poivrer et verser le sachet de <u>spigol</u>.



Prélever une quantité de la taille d'une grosse noix et la **rouler** entre vos mains.





Former les boulettes et les déposer sur la tomate et l'oignon râpé.



Mouiller à l'eau au ras de boulettes et laisser cuire environ 20 mn.



Il suffit de les **déguster** avec un plat de pâtes ou de riz ou simplement ainsi.

