

## **BOULETTES DE BOEUF AU RIZ EN SAUCE TOMATE**



1 lb de bœuf haché maigre  
1/2 tasse de riz cuit  
1 cuillère à café de basilic séché  
1 petit oignon haché finement  
1 gousse d'ail hachée  
1 boîte (540 ml/19 oz) de jus de tomate  
1 boîte (284 ml/10 oz) de soupe aux tomates condensée (de type Campbell)  
sel et poivre  
parmesan râpé

-Préchauffer le four à 350°F.

-Mélanger le bœuf haché, le riz, le basilic, l'oignon, l'ail et 2 c. à soupe de la soupe aux tomates. Saler, poivrer. Façonner en 20 boulettes de la grosseur d'une balle de golf. Déposer dans un plat allant au four de 25 cm X 35 cm (9 po X 13 po).

-Mélanger le jus de tomate et la soupe aux tomates. Verser sur les boulettes. Ajouter le parmesan. Cuire à découvert au four 40 min ou jusqu'à ce que les boulettes soient cuites. Servir chaud avec des bouquets de brocoli.

Portions: 20 boulettes

Publié par **Le coin recettes de Jos**