

GALETTES DE VEAU AU RIZ ET AUX FINES HERBES EN SAUCE TOMATE



750g de veau haché maigre
1 œuf
½ tasse de lait
½ tasse de riz instantané non cuit
2 gousses d'ail hachées finement
1 c. à thé d'origan séché
½ c. à thé de thym séché
¼ tasse de farine tout usage
2 c. à soupe de beurre
2 c. à soupe d'huile d'olive
2 tasses de sauce tomate
1 boîte de 14 oz de tomates en dés aux fines herbes
Sel et poivre

-Dans un grand bol, bien mélanger le veau avec l'œuf, le lait, le riz, l'ail, l'origan et le thym. Assaisonner.

-Former 8 galettes, les enfariner et les faire revenir dans le beurre et l'huile pendant 4 minutes de chaque côté à feu moyen-vif.

-Incorporer la sauce tomate et les tomates en dés, puis laisser mijoter à feu doux une vingtaine de minutes. Servir avec une purée de pomme de terre aux herbes salées.

Publié par ***Le coin recettes de Jos***