

BOULETTES AU CARI

Ingrédients : pour 4 portions

Boulettes

- 1 lb (454 g) de bœuf haché
- 1 oignon haché
- Sel et poivre
- 2 gousses d'ail, hachées
- 2 c. à soupe de persil haché
- 1 œuf
- 1 c. à thé (5 ml) de sauce Worcestershire
- ½ c. à thé de piment rouge séché (mis une bonne pincée)
- 1 c. à soupe (15 ml) au choix (huile d'olive)

Sauce

- 1 c. à soupe (15 ml) d'huile au choix (huile d'olive)
- 1 oignon émincé
- 1 c. à table (15 ml) de poudre de cari (cette fois-ci, j'ai mis la même quantité de pâte de cari douce)
- 1 c. à soupe de farine
- 2 tasses (500 ml) de bouillon de poulet
- Sel et poivre
- Une pincée de flocons de piment (mon ajout)
- 3 c. à soupe (40 g) de raisins secs (j'ai mis des raisins dorés)

En garniture

- 3 c. à soupe (14 g) de noix de coco râpé (préféablement non sucrée)
(facultatif) (je n'ai pas mis)

Préparation :

Boulettes :

1. Bien mêler la viande et les assaisonnements et façonner les boulettes.
2. Dans une marmite, faire chauffer à feu moyen une c. à soupe (15 ml) d'huile et faire saisir les boulettes. Réserver.

Sauce :

3. Mettre 1 c. à soupe (15 ml) d'huile dans la marmite et faire chauffer à feu moyen doux. Cuire l'oignon haché durant 4-5 min. et ajouter le cari; bien mélanger.
4. Incorporer la farine, mêler et ajouter le bouillon. Saler et poivrer, et ajouter le piment. Faire cuire à feu doux 7-8 minutes.
5. Ajouter les boulettes et les raisins secs. Faire mijoter environ 15 minutes.
6. Servir sur un lit de riz. Garnir de noix de coco râpé si désiré.

Source : inconnue, recette que ma mère nous faisait

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le jeudi 7 décembre 2017

<http://lafilledelanseauxcoques.blogspot.ca/2017/12/boulettes-au-cari.html>