

BOULETTES DE PORC ET SAUCE À LA MOUTARDE

Ingrédients : pour 12 boulettes

Pour les boulettes

- 1 lb (454 g) de porc haché
- ¼ tasse (32 g) de chapelure
- 2 *grosses* gousses d'ail, hachées finement
- 1 échalote française, hachée finement
- 1 c. à soupe (15 ml) de moutarde de Dijon
- Sel et poivre, au goût

Pour la sauce

- 3 c. à soupe (42 g) de beurre
- 2 c. à soupe (13 g) de farine tout usage
- 1 ½ tasse (375 ml) de bouillon de poulet ou de légumes
- 1 tasse (250 ml) de lait
- 1 ½ c. à soupe (22.5 ml) de moutarde de Dijon (*moutarde de Dijon au beurre d'érable pour moi*)
- Sel et poivre, au goût
- Persil frais, haché, pour garnir

Préparation :

1. Préchauffer le four à 425 °F (218 °C) et placer la grille au centre.
2. Tapisser une plaque à cuisson de papier parchemin ou d'une feuille antiadhésive réutilisable.
3. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients « pour les boulettes ». Avec les mains légèrement huilées ou mouillées, façonner 12 boulettes. Enfourner pendant 12 à 15 minutes.
4. Pendant ce temps, faire fondre le beurre dans une grande poêle à feu moyen. Ajouter la farine et brasser continuellement avec un fouet jusqu'à ce qu'elle commence à brunir. Ajouter le bouillon et laisser mijoter jusqu'à ce que la sauce épaississe.
5. Ajouter le lait et la moutarde de Dijon. Laisser mijoter jusqu'à ce que la sauce soit crémeuse.
6. Ajouter les boulettes cuites à la sauce et mélanger pour bien les enrober.
7. Garnir de persil et servir sur des pâtes ou des pommes de terre pilées.

Source : Cuisinez!

<https://cuisinez.telequebec.tv/recettes/7762/boulettes-de-porc-et-sauce-a-la-moutarde>

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le jeudi 30 avril 2026

<https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2026/04/boulettes-de-porc-et-sauce-la-moutarde.html>

