

zeste

Boulettes disco aux herbes fraîches

par **MAX L'AFFAMÉ**

Quantité : **4 portions** (2) [Évaluer cette recette](#)

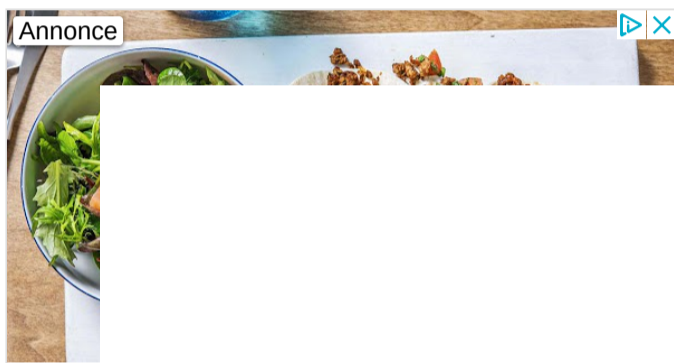
Durée totale : **22 min**

Préparation **10 min**

Cuisson **12 min**



Annonce



6 Poi
Ingrédients
tout livrés

PUBLICITÉ

Préparation

1. Dans une poêle, chauffer l'huile à feu vif et cuire l'oignon et l'ail. Réserver et laisser refroidir.
2. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients (incluant l'ail et l'oignon) et former des boulettes.
3. Dans une poêle, cuire les boulettes environ 15 minutes, en les tournant régulièrement. Servir accompagné de riz et d'une sauce tomate.

PUBLICITÉ

Ingrédients

500 g de boeuf haché
1 oignon, ciselé
2 gousses d'ail, hachées
16 biscuits soda, écrasés
Coriandre fraîche, hachée
Menthe fraîche, hachée
30 ml (2 c. à soupe) de cumin
Quelques gouttes de Tabasco
1 oeuf
Sel et poivre
Huile d'olive