

Boulettes de bœuf à la provençale

par *HUGO SAINT-JACQUES*

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

Durée totale : **40 min**

Préparation **10 min**

Cuisson **30 min**



Préparation

1. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients pour les boulettes et assaisonner généreusement de sel et de poivre.
2. Façonner des boulettes d'une grosseur similaire à une balle de golf. Réserver.
3. Dans une casserole, chauffer l'huile d'olive à feu moyen et y faire suer les oignons et l'ail sans coloration. Ajouter les tomates broyées et porter à ébullition. Assaisonner et ajouter l'origan séché.
4. Déposer les boulettes dans la sauce et cuire à feu moyen de 25 à 30 minutes. Ajouter le basilic à la fin de la cuisson et servir.

PUBLICITÉ

Ingrédients

POUR LES BOULETTES

500 g (18 oz) de boeuf haché mi-maigre

1 oeuf

250 ml (1 tasse) de parmesan frais, râpé

65 ml (1/4 tasse) de basilic ciselé

100 g (3,5 oz) de champignons de Paris hachés

250 ml (1 tasse) d'oignons verts ciselés

Sel et poivre

POUR LA SAUCE PROVENÇALE

65 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive

250 ml (1 tasse) d'oignons hachés

5 ml (1 c. à thé) d'ail haché

875 ml (3 1/2 tasses) de tomates broyées en conserve

5 ml (1 c. à thé) d'origan séché

30 ml (2 c. à soupe) de basilic ciselé

Sel et poivre

PUBLICITÉ