

BOULETTES DE VIANDE AVEC RIZ À L'OIGNON

Ingrédients

½ lb. de porc haché
½ lb. de boeuf haché
1 ½ tranche de pain blanc
1 gousse d'ail émincée
1 cuil. à thé de sel
¼ cuil. à thé de poivre
1/8 cuil. à thé de poivre de cayenne
½ cuil. à thé d'herbes à salade
1 oeuf battu
1 tasse de chapelure sèche fine
¾ tasse de persil haché
2 cuil. à table d'huile végétale
1 tasse d'oignon haché
1 tasse de riz
2 tasses d'eau
2 cuil. à thé de bouillon de boeuf instantané
1 cuil. à thé de sel

Préparation

Combiner le porc et le boeuf avec le pain qui aura été trempé dans l'eau et presser ensuite.

Ajouter les 7 ingrédients suivants, bien mélanger.

Façonner 10 boulettes de viande.

Mélanger la chapelure avec le persil.

Rouler les boulettes de viande dans le mélange de miettes.

Mettre au frais.

Chauffer l'autocuiseur en mode SAUTÉ, ajouter l'huile, rissoler les boulettes de viande.

Retirer les boulettes de viande de l'autocuiseur.

Faire sauter l'oignon, ajouter les ingrédients restants, tourner.

Mettre les boulettes de viande dans l'autocuiseur.

Fermer le couvercle hermétiquement.

Cuite à Manual 10 minutes.

Laisser la pression baisser d'elle-même.

Donne : 4 à 6 portions