

Boulettes de boeuf et dinde avec sauce aux champignons

Portions: 4

Temps de préparation: 15 minutes

Temps de cuisson: 18 minutes

1/2 livre de dinde maigre hachée
1/2 livre de boeuf maigre hachée
4 onces de champignons, tranchés
1 once de champignons, hachés finement
1 1/4 tasse de bouillon de boeuf
1/2 tasse d'oignon haché
1/4 tasse de chapelure de blé entier
1 oeuf, battu
2 cuillères à soupe de pâte de tomate
1 cuillère à soupe de farine
2 cuillères à thé d'huile d'olive
2 cuillères à thé de sauce Worcestershire
1 cuillère à thé de vinaigre de vin rouge
1/4 cuillère à thé de moutarde en poudre

Mettre l'instant pot sur SAUTÉ et quand il est chaud ajouter 1 c. à thé d'huile. Ajouter l'oignon et cuire 4 min. Peser sur cancel.

Mettre la moitié de l'oignon, les champignons hachés finement (1 once), la dinde et le bœuf, les œufs, la chapelure, 1/4 de tasse de bouillon, 1 cuillère à soupe de pâte de tomate et une pincée de sel et poivre dans un grand bol. Bien mélanger tous les ingrédients et le façonner en boulettes de viande de 1 pouce.

Fouetter le bouillon dans un grand bol avec la farine, le vinaigre, 1 cuillère à soupe de pâte de tomate, la sauce Worcestershire et la moutarde.

Appuyez sur le bouton SAUTÉ et faire dorer les boulettes de viande pendant 2 minutes de chaque côté.

Incorporer le mélange de bouillon, les champignons, la pincée de sel et le poivre puis mettre le couvercle et cuire pendant 10 min à MANUAL, HIGH. Une fois le temps écoulé, utilisez la méthode naturelle pour relâcher la pression. Servez vos boulettes de viande avec de la sauce aux champignons et dégustez.

Une pincée de poudre de muscade et de cannelle fera un excellent ajout aux boulettes de viande et donnera une touche festive à cette recette.

Traduit de :

Pot Crazy: Electric Pressure Cooker Cookbook for Instant Pot® Recipes" de Harper McKinney