



Boulettes de dinde à l'asiatique

Recette de boulettes saveurs asiatiques que j'ai improvisé pour le souper.

Mélange pour boulettes:

- 1.5 livres de dinde hachée (peut être remplacée par du porc)
- 1 oeuf
- 1/2 t chapelure panko
- 1 gousse d'ail hachée

- 1 c.s. gingembre hachée
- 1 grosse poignée de basilic thaï haché (peut être remplacé par de
- 1 pincée de piment fort
- 1 c.s huile de sésame grillé
- 1 grosse carotte hachée
- 1 c.s vinaigre de riz
- 1 c.s sucre
- sel d'ail/poivre/sel au goût

la coriandre)



- 1) Mélanger la carotte avec le vinaigre et le sucre, laisser macérer 10-15 min.
- 2) Incorporer tous les ingrédients ensemble et former des boulettes.
- 3) Dorer les boulettes à l'instant pot en mode sauté dans de l'huile végétale. (en deux temps si nécessaire)
- 4) Ajouter une boîte de bouillon pho (900ml) ou autre au choix.
- 5) Ajouter un sploutsh de hoisin, un de sriracha et un de sauce au poisson.
- 6) Cuire 10 min en mode manuel à high pressure et faire un QR.

Peut être servi tel quel en soupe en ajoutant des fèves germées, des nouilles de riz et des garnitures sinon faire les étapes suivantes pour un repas avec nouilles aux oeufs.

- 1) Retirer les boulettes et mettre de côté.
- 2) Mettre environ 1t. de nouilles aux oeufs et 1 barquette de champignons tranchés dans le instant pot, cuire 1 minute en mode manuel puis faire un QR
- 3) Retirer les nouilles et épaissir la sauce jusqu'à la consistance désirée en ajoutant de la fécule de maïs délayée dans un shooter d'eau froide.
- 4) Remettre les boulettes et les nouilles, mélanger et servir avec des oignons verts et un filet d'huile de sésame.

Recette par Karine Daigneault