

# Boulettes de viande à la sauce tomate



**Pour 2 personnes**

 **30 minutes**

 **8 minutes > Facile**

## INGRÉDIENTS

50g de viande haché, 1/2 veau,  
1/2 porc

250 g de mie de pain

3 jaunes d'œuf, farine

2 verres de lait, sauce Worcester

1 grand oignon, finement haché

1/2 bouquet de persil haché

Sel, poivre et noix muscade

### Pour la sauce :

5 gousses d'ail entières

1 grand oignon finement haché

1 boîte de purée de tomates

1,5 cuillère à soupe de farine

### Les boulettes :

**1** - Mettre le pain dans le lait chaud, dès qu'il est ramolli le sortir et le mettre dans un grand saladier, rajouter la viande, les jaunes d'œuf, oignon, persil, sel, poivre, un peu de noix muscade rapée et un peu de sauce Worcester.

**2** - Faire des boulettes de taille moyenne et les aplatis légèrement en haut et en bas, les rouler dans la farine.

**4** - Faire chauffer 3/4 cuillères d'huile d'olive, les dorer dedans – pas trop pour qu'elles restent entières – les sortir et mettre de côté.

### La sauce :

**5** - Dans la même poêle (sans la nettoyer !) faire frire l'ail, les oignons avec un petit peu d'huile. Rajouter les tomates, l'eau (environ 2 dl).

**7** - Faire bouillir le tout, rajouter la farine pour faire une sauce, bien mélanger, rajouter 1 verre de vin de Madeira ou Porto (facultatif).

**8** - Faire cuire à feu doux encore un peu et rajouter les boulettes durant quelques minutes. Saupoudrer de feuilles de persil.