

Ragoût de boulettes



Ingrédients

Pour les boulettes :

4 kg (8 lb) de viande à pâté (porc, veau et bœuf)

1 gros oignon rouge haché très fin

3 œufs

20 ml (4 c. à thé) de sel

10 ml (2 c. à thé) de piment de la Jamaïque (9K075)

Pour la sauce :

250 ml (1/2 tasse) de mélange pour sauce à ragoût (MC12011)

2 litres (8 tasses) d'eau

Préparation

- 1- Mélanger tous les ingrédients pour les boulettes.
- 2- Façonner en petite boulettes de 1 pouce ou 2,5 cm.
- 3- Cuire sur une plaque allant au four avec du papier parchemin à 350 °F (180 °C) pendant 20 minutes.
- 4- Préparer la sauce à ragoût avec la base et l'eau, puis porter à ébullition.
- 5- Ajouter les boulettes précuites et cuire au four pendant environ 1 heure.

Rendement : Donne environ 12 portions de 350 g à 400 g

Suggestions d'accompagnement : Pâtes alimentaires ou pommes de terre et légumes

À noter : Cette recette ne contient aucun MSG