



# La Cucina Italiana



Recette et photo : Hors-série cuisine actuelle

## Ingrédients

### pour 8 personnes

- 800g de bœuf haché
- 2 poivrons verts
- 2 oignons
- 6 gousses d'ail
- 2 feuilles de basilic frais
- 8 brins de persil plat
- 6 œufs
- 160 de grana panado
- 2 l de coulis de tomates
- 4 grandes tranches de pain
- 4 cas d'huile d'olive
- 4 pincées de muscade
- Sel, poivre.

Suggestion :

La viande hachée est trop sèche, préférer la basse côte très tendre et bon marché...pour garder le moelleux, ne pas faire dorer les boulettes.

## Polpette alla salsa di pomodoro

### Boulettes de viande à la sauce tomate

Un "classique" de la cuisine italienne. Un véritable "aliment réconfortant" à préparer, même à l'avance, pour les dîners d'hiver. Chaque « mamma » a sa propre recette faisant varier les viandes et sauces, et qui est évidemment la « meilleure ».

## Réalisation

### La sauce

- Emincez les poivrons
- Hachez l'ail et les oignons.
- Faire fondre le tout dans une sauteuse avec l'huile d'olive.
- Ajoutez le coulis de tomates, du sel et du poivre
- Laissez mijoter le temps de préparation des boulettes

### Les boulettes

- Imbibez le pain avec un peu d'eau
- Égouttez-le et émiettez-le dans un saladier
- Malaxez la viande, le fromage, les œufs, la moitié du basilic et le persil préalablement ciselé, la muscade, le sel et le poivre.
- Formez les boulettes de viande de la taille d'une grosse noix.

### Le plat

- Rangez les boulettes dans le fond d'un plat
- Nappez de la sauce tomate
- Mettre au four 30 mn préchauffé sur th. 6 (180°)
- Parsemez du reste de basilic et servez

**Accompagnement** : Pâtes, Riz, Polenta

**Vin** : Barolo

Notes personnelles :