



Boulettes de bœuf, sauce aux légumes & Roucoulons

Sabine Alphonsine



Plat



30 min



4 personnes

Le produit qu'il vous faut



Roucoulons



Les ingrédients

- 1 Roucoulons
- 600 g de bœuf haché
- 200 g de panais
- 200 g de carotte
- 200 g de champignon de Paris
- 60cl de coulis de tomate
- 1 gousse d'ail
- 2 échalotes
- 1 oeuf
- 1 c.a.s de farine
- 2 c.a.c de thym
- Sel, poivre



La préparation

- Dans un saladier, mélanger le bœuf haché, 1 échalote finement hachée, l'œuf, le thym, la farine, le sel et le poivre, pour obtenir un mélange homogène.
- Former des boulettes et insérer 1 petit cube de Roucoulons à l'intérieur de chaque boulette.
- Faire dorer les boulettes dans une poêle bien chaude et huilée. Réserver.
- Dans une casserole, faire revenir l'ail et le reste d'échalote finement hachées dans de l'huile d'olive.
- Découpez la carotte et le panais en petits cubes, ajouter-les dans la poêle et faire cuire 5 min.
- Ajouter le coulis de tomate, le thym et les champignons. Assaisonner et laisser cuire 15 min à feu doux.
- Déposer la sauce aux légumes dans un plat allant au four. Déposer les boulettes de bœuf et garnir de belles tranches de Roucoulons.
- Enfourner dans un four préchauffé à 200°C et faire gratiner.