



Boulettes de veau quatre usages

Préparation 25 MIN

Cuisson 10 MIN

Rendement 60 boulettes, environ

Se congèle

Ingrédients

- 1 tranche de pain blanc, sans la croûte et déchiquetée
- 60 ml (¼ tasse) de lait
- 1 kg (2,2 lb) de veau haché
- 15 g (½ tasse) de persil plat, ciselé
- 2 oeufs
- 2 gousses d'ail, hachées
- 10 ml (2 c. à thé) de paprika doux

Préparation

1. Placer la grille dans le haut du four. Préchauffer le four à gril (broil). Tapisser deux plaques de cuisson de papier d'aluminium. Réserver.
2. Dans un grand bol, mélanger le pain avec le lait et laisser imbiber 5 minutes. Ajouter le reste des ingrédients et bien mélanger avec les mains. Saler et poivrer.
3. À l'aide d'une cuillère à crème glacée de 15 ml (1 c. à soupe), façonner des boules avec le mélange de viande. Terminer de les façonner en les roulant dans les mains légèrement huilées. Répartir les boulettes sur les plaques en les espaçant.
4. Cuire les boulettes au four, une plaque à la fois, 10 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient cuites et dorées, en remuant à la mi-cuisson.

Congélation

5. Déposer les boulettes cuites sur une plaque tapissée de papier parchemin. Couvrir et mettre au congélateur 4 heures ou jusqu'à ce que les boulettes soient congelées. Placer ensuite les boulettes dans des sacs de plastique à fermeture hermétique pour congélation.
6. Utiliser la quantité nécessaire au besoin dans les quatre recettes suivantes : boulettes de veau apéritives, soupe aux boulettes et à la courge spaghetti, sous-marin aux boulettes et à l'oignon et sauce aux tomates et boulettes.

Boulettes de veau quatre usages



