

# BOULETTES DE VIANDE

DIFFICULTÉ ●●● moyen

AIDE REQUISE 🍴 oui

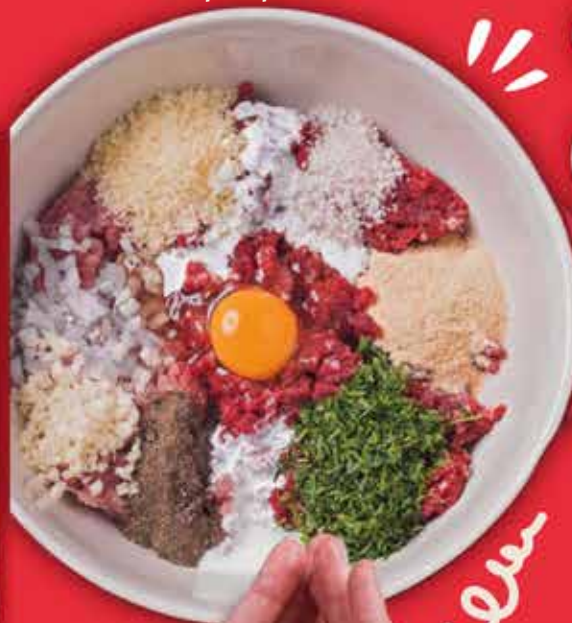
PORTIONS 🍴🍴🍴🍴



## INGRÉDIENT

169

- 4 ails moulus
- 1/2 oignon blanc, haché en cubes
- 1/2 cuillère à soupe de lait frais
- 1 œuf
- 3/4 cuillère à soupe de chapelure
- 1/2 cuillère à soupe de parmesan
- 1/2 cuillère à soupe de persil frais haché
- 300 g de porc haché (de préférence utiliser le bras ou la jambe)
- 500 g de steak de bœuf haché
- Sel et poivre au goût



## PRÉPARATION

- 1 Dans un grand bol, ajouter tous les ingrédients et mélangez le tout.
- 2 Une fois bien mélangées, faites des boules de la taille désirée.
- 3 Les boulettes de viande peuvent être frites ou cuites au four et vous pouvez les compléter avec ce que vous voulez !

(Si vous voulez faire cuire les boulettes de viande au four, mettez du papier sulfurisé sur une plaque et faites-les cuire au four pendant 30 minutes à 160 °C)

# POLPETTE

DIFFICOLTÀ ●●● medio

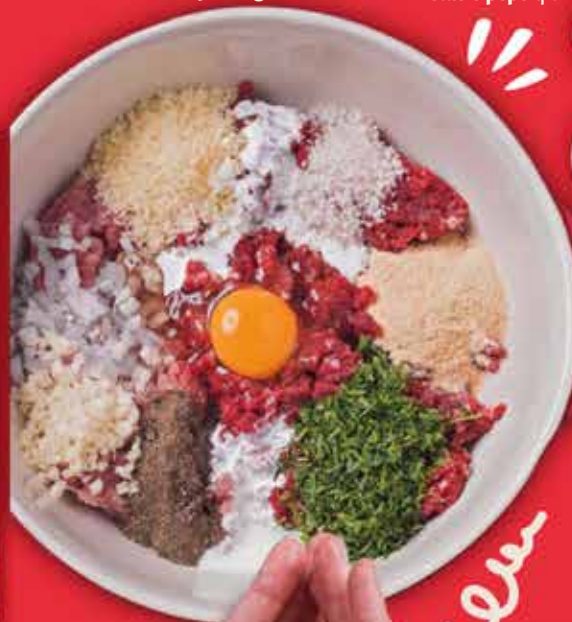
AIUTO RICHIESTO 🍴 si

PORZIONI 🍴🍴🍴🍴

## INGREDIENTI

- 4 aglio macinato
- 1/2 cipolla bianca, tagliata a cubetti
- 1/2 cucchiaio di latte fresco
- 1 uovo
- 3/4 cucchiaio di pangrattato
- 1/2 cucchiaio di parmigiano
- 1/2 cucchiaio di prezzemolo fresco tritato
- 300 g di carne di maiale macinata (preferibilmente braccio o gamba)
- 500 g di bistecca di manzo macinato
- Sale e pepe q.b.

169



## PREPARAZIONE

- 1 In una ciotola capiente, aggiungere tutti gli ingredienti e Mescola tutto.
- 2 Una volta ben mescolate, prepara delle palline della dimensione desiderata.
- 3 Le polpette possono essere fritte o al forno e puoi completarle con quello che vuoi!

(Se vuoi cuocere le polpette in forno, metti la carta forno su una teglia e cuocile per 30 minuti a 160 °C)



# MEATS BALLS

DIFFICULTY ●●● medium

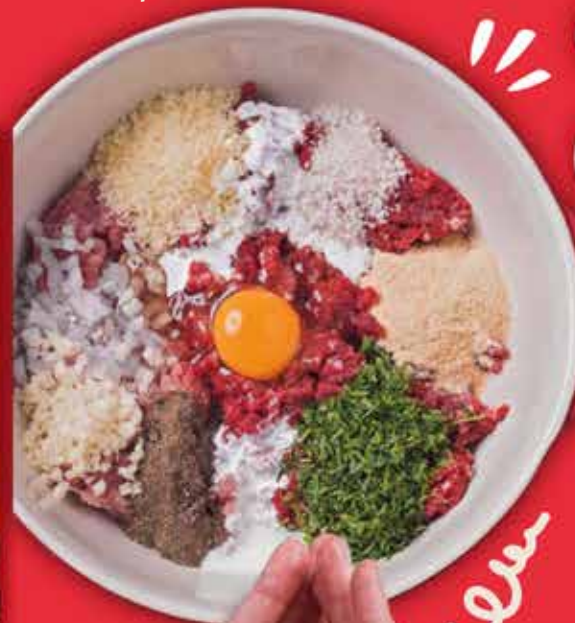
HELP REQUIRED 🙋 yes

PORTIONS 🍴🍴🍴

## INGREDIENTS

- 4 ground garlics
- 1/2 white onion, chopped into cubes
- 1/2 tablespoon fresh milk
- 1 egg
- 3/4 tablespoon breadcrumbs
- 1/2 tablespoon Parmesan cheese
- 1/2 tablespoon chopped fresh parsley
- 300 g ground pork (preferably use arm or leg)
- 500 g ground beef steak
- Salt and pepper to taste

169



## PREPARATION

- 1 In a large bowl, add all at the ingredient and mix it all up.
- 2 Once well mixed, make balls of the size desired.
- 3 Meats ball can be fried or baked and you can top them off with whatever you want!

(If you want to bake meatballs in the oven, put parchment paper on a baking sheet and bake them for 30 minutes at 160 °C)