



# Boulettes de bœuf, Skyr et crudités

TEMPS DE PRÉPARATION : 25 MN

DURÉE TOTALE : 65 MN

## PRÉPARATION :

### ETAPE 1

DANS UN GRAND RÉCIPIENT, RÂPEZ L'OIGNON ET L'AIL. AJOUTEZ LE BŒUF HACHÉ, LES ÉPICES ET L'ŒUF, SALEZ, POIVREZ PUIS MÉLANGEZ. FORMEZ DES BOULETTES AVEC LA FARCE.

### ETAPE 2

LAVEZ PUIS COUPEZ LES TOMATES CERISES EN DEUX ET LE CONCOMBRE EN CUBES. LES METTRE DANS UN SALADIER. AJOUTEZ UN FILET D'HUILE D'OLIVE, SALEZ ET POIVREZ. AJOUTEZ DU BASILIC SI VOUS EN AVEZ ET MÉLANGEZ.

### ETAPE 3

DANS UNE POÊLE CHAUDE, FAITES CUIRE LES BOULETTES 5 MINUTES À FEU VIF DANS UN PEU D'HUILE D'OLIVE. RETOURNEZ-LES RÉGULIÈREMENT. ELLES DOIVENT ÊTRE BIEN COLORÉES.

## INGRÉDIENTS : (POUR 4 PERS)

- 600 G DE BŒUF HACHÉ
- 1 OIGNON ROUGE
- 2 GOUSSES D'AIL
- 2 C À C DE CUMIN
- 2 C À C DE PAPRIKA DOUX
- 1 ŒUF
- 8 C À S DE SKYR (SPÉCIALITÉ LAITIÈRE ISLANDAISE)
- 1 CONCOMBRE
- 250 G DE TOMATES CERISES
- BASILIC FRAIS
- LE JUS D'UN DEMI CITRON

### ETAPE 4

AJOUTEZ LE SKYR DANS LE FOND DE CHAQUE ASSIETTE AVEC UN FILET D'HUILE D'OLIVE ET UN PEU DE JUS DE CITRON, AJOUTEZ LA SALADE TOMATES/CONCOMBRE PUIS LES BOULETTES, C'EST PRÊT !

Recette  
proposée par

