



Boulettes à la sauce aubergines et tomates

TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MN

DURÉE TOTALE : 40 MN

PRÉPARATION :

INGRÉDIENTS :
(POUR 6 PERS)

ETAPE 1 :

LAVEZ ET ESSUYEZ LES AUBERGINES. LES COUPER EN RONDELLES DE 3-4 MN. DANS UNE POÊLE CHAUFFEZ 3 CUILLÈRES À SOUPE D'HUILE (QUANTITÉ SUFFISANTE POUR UNE FOURNÉE, NE PAS EN RAJOUTER SINON ELLES SERONT TROP HUILEUSES), PLACEZ DES TRANCHES D'AUBERGINES ET LES FAIRE GRILLER DES DEUX CÔTÉS. SALEZ ET POIVREZ À CHAQUE FOIS. RECOMMENCEZ JUSQU'À L'ÉPUISEMENT DES AUBERGINES. LAISSEZ REFROIDIR.

ETAPE 2

PRÉCHAUFFEZ LE FOUR À 150°. PENDANT CE TEMPS, PRÉPAREZ LA SAUCE. CHAUFFEZ 2 CUILLÈRES À SOUPE D'HUILE DANS LA POÊLE, AJOUTEZ L'OIGNON ÉMINCÉ ET CUIRE PENDANT 2 MINUTES JUSQU'À CE QU'IL SOIT LÉGÈREMENT DORÉ. AJOUTEZ LES TOMATES, LE SEL, LE POIVRE ET L'ORIGAN, MÉLANGEZ ET CUIRE À FEU MOYEN PENDANT 7-8 MINUTES.

- 600 G D'AUBERGINES (UNE GRANDE OU DEUX PETITES)
- 12 CUILLÈRES À SOUPE D'HUILE (10+2)
- 1 GRAND OIGNON ÉMINCÉ
- 1 BOITE DE TOMATES PELÉES DE 400 ML
- SEL, POIVRE
- UN PEU D'ORIGAN SEC
- 12 BOULETTES DE VIANDES CUITES

ETAPE 3 :

PLACEZ DANS LA SAUCE LES RONDELLES D'AUBERGINES, MÉLANGEZ ET CUIRE ENCORE PENDANT 5 MINUTES. DANS UNE COCOTTE, METTRE LES BOULETTES DE VIANDE AVEC LA SAUCE. REMETTEZ LE COUVERCLE ET FAIRE CUIRE 20 MN À 150°. SERVIR CHAUD.

Recette proposée par



HUGUIER FRÈRES
Viandes de terroir | Charcuteries | Produits élaborés

