



Spaghetti Polpette

Spaghetti Polpette



1 paquet de spaghetti
1 litre d'eau
3 cuillères à soupe d'huile végétale
1 cuillère à café de sel
Pour les boulettes:
25 gr. de viande de bœuf mi-gras
1 petit oignon
1 tranche de pain rassis
8-10 brins de persil
1 cuillère à café de cumin
1 cuillère à café de poivre noir moulu
1 cuillère à café de sel
Pour la sauce:
5 tomates moyennes
1 gousse d'ail
1 morceaux de sucre
1 cuillère à thé de sel
3 cuillères à soupe d'huile végétale

- # Pétrissez les keftas en premier. Rajoutez des oignons râpés sur le pain rassis puis pétrissez jusqu'à qu'ils perdent leur formes.
- # Rajoutez de la viande, du cumin, du poivron noir, du sel, et du persil haché. Pétrissez l'ensemble.
- # Prenez des boules de viande puis arrondissez. Placez dans un plat de cuisson huilé. Faites cuire au four préchauffé à 190 degrés.
- # Préparez la sauce pendant ce temps ; Râpez les tomates puis versez dans une petite casserole. Rajoutez du sel et de l'huile. Laissez cuire jusqu'à que la couleur devient foncé.
- # Rajoutez des ails écrasés. Rajoutez les keftas cuites. Laissez cuire couvert pendant 5 minutes.
- # Mettez dans une casserole, de l'eau, du sel et de l'huile. Quand elle bouillie, rajoutez les spaghettis. Poussez dans la casserole tout doucement sans casser.
- # Fermez la casserole, puis laissez cuire à moyenne température en mélangeant de temps en temps pendant 10-12 minutes. (Les spaghettis absorbent tout l'eau, il n' y a pas besoin de filtrer.)
- # Mettez les spaghettis chaud dans une assiette. Versez la sauce dessus.

N-B; Cette recette appartient à la cuisine italienne. Il signifie spaghettis aux boules de viande.