

# « Polpeta » à la sauce tomate

## Recette de Marie-Christine

### Ingrédients



#### Matériel

- 1 saladier
- 1 mixeur (purée de tomates) (on peut faire sans)
- 1 grande poêle ou 2 moyennes ( viande)
- 1 casserole moyenne (sauce)

#### Viande et sauce

- viande de bœuf hachée, pur bœuf 100% (6 steaks ou en vrac )
- 3 oignons moyens ou 2 gros
- 4 grosses gousses d'ail
- 2 œufs
- 3 cuillères à soupe rase de chapelure
- persil, coriandre, ou/et basilic frais
- sel et poivre
- huile d'olive
- 5 grosses tomates

Pâtes : Farfale, 100 g. ou une tasse par personne

## Recette

### Préparation de la viande pour faire les boulettes

- Mettre la viande dans un saladier,
- Eplucher 1 oignon et 2 gousses d'ail, les couper finement et les ajouter dans le saladier,
- Saler, poivrer,
  
- Ajouter le thym, le romarin, le persil haché et le basilic haché (une dizaine de feuilles)
- Ajouter 2 œufs entiers
- Ajouter la chapelure
- Mélanger le tout avec les mains.

### Préparation de la sauce tomate

- Couper les tomates en tout petits morceaux ou les réduire en purée avec le mixeur,
- Les mettre dans un saladier,
- Éplucher et ajouter dans le saladier 1 oignon et 2 gousses d'ail coupés en petits morceaux, 1 feuille de laurier coupé en 2 pour faire ressortir le parfum,

- Ajouter thym, romarin, basilic haché, sel, poivre,
- Mettre de l'huile dans le fond de la casserole, allumer le feu et mettre le contenu du saladier dans la casserole,
- Au démarrage, feu fort puis doux pour faire mijoter la sauce pendant environ 40 à 45 minutes.

#### Confection des boulettes de viande

- Mettre de l'huile dans une poêle et la faire chauffer,
- Préparer une boulette de viande avec les mains (un peu mouillées) et la mettre dans la poêle,
- Continuer à faire les boulettes et les mettre à cuire avec la préparation du saladier,
- Laisser cuire environ 15 minutes, sans oublier de les retourner et en vérifiant qu'elles ne brûlent pas.

#### Cuisson des pâtes, de la sauce et des boulettes

- Mettre de l'eau à bouillir et mettre les pâtes quand l'eau bout en fonction du temps de cuisson des pâtes et du temps restant pour la cuisson de la sauce tomate,
- Lorsque les boulettes sont cuites, les mettre dans la sauce tomate, Dégraisser la poêle avec un peu d'eau et mettre le jus dans la sauce.
- Couvrir et laisser mijoter le temps restant,
- Une fois les pâtes cuites, les égoutter,
- Mélanger les pâtes et la sauce tomate dans un plat pour servir et placer au-dessus les boulettes de viandes, puis servir.