



Torah-Box.com

j u d a ï s m e e n t r e f e m m e s

APÉRITIF : LES BOULETTES SAUCE TERIYAKI

Pour 8 personnes

Temps de préparation : 15 min

Cuisson : 25 min

Difficulté : facile

INGRÉDIENTS

Les boulettes :

500g de viande de bœuf haché

200g de veau haché

1 œuf + 1 jaune vérifiés

1 cuillère à soupe d'ail émincé

1/2 verre de chapelure

3 cuillères à soupe de sauce teriyaki

3 oignons nouveaux coupés finement

Poivre

La sauce :

1/2 verre de sauce teriyaki

2 oignons nouveaux coupés finement

2 cuillères à soupe de graines de sésame



RÉALISATION

Dans un premier temps, préchauffez le four à 180°C. Placez une feuille de papier sulfurisé sur la plaque allant au four. Dans un saladier, mélangez tous les ingrédients pour les boulettes. N'hésitez pas à y mettre les mains. Lorsque le mélange est homogène, formez des boulettes d'environ 2-3 cm de diamètre. Disposez-les sur la plaque et enfournez les pendant 20 min.

Sortez-les du four et trempez-les dans de la sauce teriyaki, puis saupoudrez de sésame et d'oignon nouveau. Servez immédiatement.

Bon appétit !