

Boulettes de bœuf au Curry

Ingrédients :

pour les boulettes :

400 g de bœuf haché
2 gousses d'ail hachées
du persil frais ciselé
2 c. à soupe de pâte pour curry " Le Coq Noir"
sel, poivre
2c. à soupe de yaourt nature

pour la sauce:

un brin de menthe
1 gousse d'ail hachée
de la ciboulette
un yaourt nature
un trait d'huile d'olive



Préparation :

1. Dans un saladier, mélangez le bœuf, l'ail, le persil, la pâte pour curry et le yaourt. Salez et poivrez à votre convenance.
2. Formez des petites boulettes.
3. Dans un petit bol, mélangez les herbes ciselées, l'ail et le reste du yaourt. Montez un peu cette sauce à l'huile d'olive. Salez. Poivrez.
4. Cuire les boulettes quelques minutes à la plancha ou sur une poêle avec un peu d'huile pour friture en retournant régulièrement.

Vous pouvez partager librement cette recette à condition d'en conserver l'intégralité sans rien modifier ni enlever y compris sa provenance et ces quelques lignes. Merci.