



Elvea, L'Italie chez vous

Boulettes de haché nord-africaines et sauce corsée aux tomates et à l'orange



Ingédients pour 2 Personnes

300 g de	porc haché
1	orange
2 gousses d'	ail
3	carottes
1 pièce de	gingembre (2cm)
1 cuillère à café de	cannelle
250 g de	ELVEA Passata Nature
2	feuilles de laurier
1 cuillère à soupe de	ras el hanout
1	oignon haché
1 pincée de	origan
1 cuillère à soupe de	sucré
1	cardamome
200 ml de	bouillon de volaille
0,50	chili

Préparation

Assaisonnez le haché avec le ras el hanout. Pétrissez soigneusement le haché. Faites-en des boulettes.

Mettez une grande casserole sur le feu et versez-y une belle quantité d'huile d'olive. Faites-y cuire les boulettes à feu moyen jusqu'à ce qu'elles arborent une jolie croûte.

Emincez l'oignon et le chili et pressez l'ail et le gingembre. Coupez les carottes en gros morceaux. Pour ma part, je ne les pèle pas, mais vous pouvez choisir.

Ajoutez les légumes et faites mijoter le tout à feu doux. Ajoutez le sucre et déglacez avec le jus d'une orange.

Pelez la moitié de l'orange et ajoutez les épluchures ainsi que le laurier à la préparation. Assaisonnez avec la cardamome, la cannelle et l'origan. Ajoutez la passata de tomates Elvea et le bouillon. Laissez mijoter à petit bouillon de 30 minutes à une heure. Assaisonnez de poivre et de sel.





Elvea, L'Italie chez vous

Servez ce plat avec du riz et éventuellement une cuillère de yaourt froid ou de lebné (hangop)

Info recette: www.themessychef.be

