Elvea, L'Italie chez vous

# Boulettes orientales avec sauce tomate épicée et riz au cumin

## Ingrédients pour 4 Personnes

**Pour le riz**

| | |
|---|---|
| 3 gousses d' | ail |
| 0,50 | oignon haché |
| 1 cuillère à soupe de | graines de cumin |
| 1 cuillère à café de | garam masala |
| 300 g de | riz |

**Pour les boulettes**

| | |
|---|---|
| 500 g de | haché mélangé |
| 1 cuillère à soupe de | tandoori masala |
| 1 cuillère à soupe de | garam masala |
| 100 g de | chapelure |
| 1 cuillère à soupe de | sambal |
| 1 | citron |
| 100 g de | raisins secs |
| | farine |
| | huile d'olive |
| | beurre |
| | poivre |
| | sel |

**Pour la sauce**

| | |
|---|---|
| 0,50 | oignon haché |
| 3 gousses d' | ail |
| 30 g de | ELVEA Double concentré de tomates |
| 1 cuillère à café de | tandoori masala |
| 1 cuillère à café de | sambal |
| 250 g de | ELVEA Cubes de tomates pelées |
| 1 verre | vin blanc sec |
| 100 g de | yaourt grec |
| 25 ml de | jus de citron |

**Finition**

Elvea, L'Italie chez vous

100 g de filets de
yaourt grec
jus de citron
basilic frais
poivre
sel

---

## Préparation

**Préparez le riz**

1. Faites revenir l'ail haché et l'oignon ensemble dans une poêle avec des graines de cumin jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Assaisonnez avec du poivre moulu, une baie de poivre, du sel et des épices garam masala.
2. Ajoutez le riz basmati (CONSEIL : mesurez le riz en tasses avant de le verser dans la casserole pour connaître le nombre exact de tasses) et faites-le revenir brièvement jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Ajoutez 1,5 tasse d'eau pour chaque tasse de riz.
3. Laissez cuire doucement pendant 7 à 9 minutes sans remuer. Ensuite, placez un torchon sur la casserole, couvrez avec un couvercle et laissez encore 6 minutes sur feu doux. Ne remuez pas !

**Préparez les boulettes**

1. Mélangez la viande hachée dans un bol avec du sel, du poivre, des épices tandoori et garam masala, de la chapelure, du sambal oelek, du zeste de citron et des raisins secs. Pétrissez bien le mélange et formez des petites boulettes.
2. Roulez légèrement les boulettes dans la farine. Faites chauffer un peu de beurre et d'huile d'olive dans une grande poêle et faites-les frire jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.

**Préparez la sauce**

1. Faites revenir l'oignon haché et l'ail dans un peu de beurre, ajoutez le concentré de tomate Elvea et laissez-le cuire brièvement. Assaisonnez avec du poivre, du sel, des épices tandoori et éventuellement un peu de sambal oelek. Déglacez avec du vin blanc et ajoutez les tomates en dés Elvea. Laissez mijoter la sauce sur le feu jusqu'à ce qu'elle épaississe légèrement.
2. Ajoutez le yaourt grec et ajustez l'assaisonnement avec un peu de jus de citron.

**Finition**

1. Servez une belle portion de riz dans un bol. Mélangez rapidement les boulettes dans la sauce avec un

peu du beurre de cuisson.

2. Disposez les boulettes sur une assiette avec quelques touches de yaourt grec et du basilic frais, puis servez avec le riz.

- En collaboration avec njam! dans le cadre de l'émission "Snel, Makkelijk & Lekker S2"
- Recette du chef : Sam D'Huyvetter
- Photo de Silke Van Engeland

Info recette: Sam D'Huyvetter