

Difficulté 

Viande : Veau

Morceaux : Aiguillette
baronne

Boulettes de Veau du Limousin crème au tahina



Recette de Émile MIKE La Cagette
(33-Bordeaux)



TEMPS

Préparation : 20 min

Modes de cuisson : à griller ou rôtir

Temps de cuisson : 10 min



PARTS

Recette pour 4 personnes



INGRÉDIENTS

- 125 g de pain rassis, coupé en cubes
- 25 cl de lait
- 600 g de Veau du Limousin haché par le boucher
- 2 c. à soupe de pignons de pin torréfiés, au four ou à la poêle
- 2 c. à soupe de persil
- 2 gousses d'ail pelées
- ½ oignon finement haché
- 1 œuf
- Sel, poivre noir

Pour la crème au tahina

- 100 g de fromage frais, type Saint-Môret
- 30 g de tahina (crème de sésame)
- 1 filet de jus de citron
- Sel



PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).
2. Faites tremper les cubes de pain dans le lait tiède pendant 10 minutes.
3. Émiettez le veau haché dans un saladier, ajoutez-y les pignons, le persil, l'ail et l'oignon hachés. Salez et poivrez. Incorporez le pain égoutté et l'œuf battu. Malaxez jusqu'à l'obtention d'une farce souple et liée.
4. Formez 12 boulettes de même taille, disposez-les dans un plat à four en les espaçant suffisamment pour qu'elles n'adhèrent pas les unes aux autres. Enfourez pour 20 minutes.
5. Préparez la crème au tahina : fouettez le fromage frais et le tahina avec une fourchette jusqu'à l'obtention d'une crème souple.
6. Assaisonnez de jus de citron et de sel.
7. Servez les boulettes avec la crème au tahina.

Crédit photo Frédéric GUY