



## BOULETTES DE BOEUF SCANDINAVES

Pour 4 personnes — Préparation : 25 min. — Cuisson : 15 min.

### Ingrédients :

- 800 g de viande hachée de bœuf soit 2 boîtes ISLA DELICE
- 2 échalotes
- ciboulette
- 1 œuf
- 2 cuillères à soupe de chapelure fine
- ketchup
- sel et poivre
- farine

### Préparation :

Battre l'œuf dans un saladier, ajouter la chapelure, saler poivrer à votre convenance. Mélanger à la mixture la viande hachée et malaxer à la main. Ajouter l'échalote et la ciboulette émincées finement et 2 cuillères à soupe de ketchup. Malaxer à nouveau.

Une fois le tout bien mélangé, former des boulettes de la taille d'un œuf. Étaler de la farine sur une assiette et y rouler les boulettes.

Faire revenir ces boulettes dans une poêle avec du beurre et un filet d'huile de tournesol en les retournant souvent pendant 15 à 20 mn, suivant la cuisson désirée.

Servez immédiatement avec des tagliatelles ou des pommes sautées.