

BOULETTES DE VIANDES A L'INDIENNE (cookéo)



Ingrédients :

- 900 g de boulettes de viande
- 1 boîte de tomates concassées
- 1 c à s de concentré de tomate
- 165 ml de lait de coco
- 2 cuillères à café de gingembre en poudre
- 1 cuillère à café de coriandre en poudre
- 2 cuillères à café de cumin
- 2 cuillères à café de curry de madras
- 2 cuillères à café de paprika
- 1 cuillère à café de sucre roux
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 50 ml d'eau
- Sel

Préparation :

- choisir cuisson classique puis le mode dorer, la machine débute est en préchauffage
- à la fin du préchauffage, mettre l'huile d'olive dans la cuve
- puis faire revenir les boulettes pendant 10 minutes.

- Mélanger les épices et le lait de coco
- Ajouter le concentré de tomate, les tomates concassées, le lait de coco, les épices, le sucre roux, le sel et l'eau
- puis mélangez avec une cuillère en bois.
- Lancer la cuisson sous pression pour 10 minutes

- servir avec du riz blanc

Vous pouvez retrouver cette recette sur le blog de ["Les gour'mandises de Céline"](#)

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations

THERMOMINOUX 2019

<http://thermominoux.over-blog.com>