

Balls de bœuf tomate

4 pers 30 mn

Les **ingrédients**

- 600 g de viande hachée de bœuf
- 1 œuf
- 1/2 oignon
- 4 tiges de persil
- 20 g d'amandes effilées
- 100 g de farine
- Sel, poivre
- 500 g de coulis de tomate nature
- 4 tiges de basilic
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 1 noix de beurre
- 50 g de Parmesan

La **recette**

Etape 1

Hachez l'oignon. Dans un saladier, mélangez la viande hachée avec l'œuf, l'oignon, le persil haché et les amandes concassées. Salez et poivrez. Formez des boules régulières.

Etape 2

Dans une sauteuse, faites chauffer une cas d'huile d'olive, et ajoutez une noix de beurre, faites dorer les boulettes de viande pendant 5 min puis ajoutez le coulis de tomate et quelques feuilles de basilic hachée.

Etape 3

Laissez cuire à feu moyen pendant 10 min en retournant régulièrement les boulettes.

Etape 4

Pendant ce temps faites cuire des spaghettis ou des capelinis dans une grande casserole d'eau salée (comptez 300 g pour 4 personnes).

Etape 5

Égouttez les pâtes, servez dans des assiettes creuses et ajoutez les balls et la sauce. Dégustez bien chaud !