

BOULETTES ET SAUCE AUX CAPRES

Recette allemande



Préparation : 20 min - **Repos :** - - **Cuisson :** 50 min - **Matériel :** -

Ingrédients : 4 PERSONNES

- POUR LES BOULETTES : - 500 g de veau, en dés de 3 cm - 1 petit pain, sec - 1-2 c.s. de chapelure - 50 g d'oignons, coupés en 4 - 3 brins de persil - 1 c.s. de moutarde - 1 oeuf - 2 c.s. d'anchois, en petits morceaux - 1 c.c. de câpres - 1 c.c. de zestes d'un citron bio - Sel, poivre - POUR LA SAUCE: - 2 feuilles de laurier - 2 échalotes, en petits dés - 20 g de beurre - 1 c.s. de vinaigre - 1 pincée de muscade - 200 ml de crème liquide - 2 c.s. de fécule de maïs - 2 c.s. de câpres

1. Trempez le pain dans de l'eau tiède pendant 15 minutes, puis essorez-le. Mettez tous les ingrédients pour les boulettes dans la cuve et hachez-les avec le programme EXPERT 2/minutes/vitesse 9 (sans chauffer).
2. Mettez 2 litres d'eau légèrement salée et 2 feuilles de laurier dans la cuve et lancez le programme EXPERT 15 minutes/vitesse 1A/120°C.
3. Façonnez les boulettes et posez-les dans le panier vapeur, lancez le programme EXPERT 20 minutes/vitesse 0/95°C.
4. Enlevez le panier vapeur et posez-le dans un bol et couvrez les boulettes avec l'eau de la cuve.
5. Pour préparer la sauce, faites revenir les échalotes dans le beurre avec le programme EXPERT 4 minutes/vitesse 1A/120°C.
6. Rajoutez 400 ml de bouillon, le jus des câpres, le vinaigre, la muscade et la crème liquide et lancez le programme EXPERT 6 minutes/vitesse 1A/100°C. Diluez la maïzena dans 2-3 cuillères à soupe d'eau et

versez le mélange par le bouchon dans la cuve. Servez ce plat avec des pommes de terre.

7. Ajoutez les câpres et remettez le panier vapeur avec des boulettes dans la cuve, lancez le programme EXPERT 3 minutes/vitesse 1A/100°C pour terminer la préparation de la sauce. Servez les boulettes avec la sauce.

Astuce du chef :

Traditionnellement ce plat est accompagné avec de la betterave rouge cuite. Il est possible de mixer la sauce avec le programme EXPERT pour réduire les câpres en purée.

Cook Expert ■

© photos Sandra Mahut
© 2017 Hachette Livre (Marabout)