

# Boulettes de boeuf au cumin



- Viande de boeuf hachée : 800 g
- Pain de mie : 2 tranches
- Graines de cumin : 2 cuil. à café
- Menthe fraîche ciselée : 1 cuil. à soupe
- échalote : 1
- Huile d'olive : 3 cuil. à soupe
- Sel
- Poivre

## Etapas de préparation

1. Pelez et hachez l'échalote. Retirez la croûte et émiettez le pain.
2. Dans un saladier, mélangez avec les mains la viande, l'échalote hachée, le pain de mie, les graines de cumin, menthe ciselée, du sel et du poivre.
3. Formez des boulettes équivalentes à une cuillère à soupe de préparation chacune. Piquez-les sur des brochettes en bois. Réservez au frais sous film alimentaire.
4. Un quart d'heure avant de servir, Faites revenir les boulettes dans une sauteuse huilée pendant environ 10 minutes, en les retournant pour les faire bien dorer.