
Boulettes aux 3 poivrons à la marocaine



400g de viande hachée
2 cuil. à soupe de gruyère râpé
2 cuil. à soupe de chapelure
1 cuil. à café de cumin
1 cuil. à café de paprika
1 cuil. à soupe de persil haché
du sel et du poivre
3 poivrons (vert, jaune, rouge)
de l'huile d'olive

pour la sauce

5 tomates

1 oignon haché
de l'huile d'olive

1 cuil. à café de paprika

1 cuil. à café de curcuma

sel, poivre

Préparation des boulettes: dans un saladier, mettre la viande hachée, ajouter la chapelure et le fromage râpé puis les épices, verser un filet d'huile d'olive et bien mélanger. Former ensuite des boulettes et placer les au frais. (la chapelure et le fromage donnent un côté très moelleux à ces boulettes ;)

Faire revenir l'oignon (haché ou coupé finement) dans un filet d'huile d'olive jusqu'à ce qu'il devienne translucide.

Peler et épépiner les tomates, les râper puis ajouter le coulis obtenu avec l'oignon. (*vous pouvez utiliser un coulis de tomates déjà prêt si vous manquez de temps*) ajouter les épices, le sel et poivre et laisser mijoter 10 minutes.

Ajouter ensuite un petit verre d'eau et porter à ébullition.

Disposer les boulettes sur la sauce tomates couvrir et laisser cuire à feu doux, sans remuer jusqu'à cuisson complète (il faut compter environ 20 minutes à feu doux.

couper les poivrons en fines lamelles et les faire revenir dans un filet d'huile d'olive, à feu doux

ajouter un peu de sel, et mélanger de temps en temps (pendant environ 10 minutes - à feu doux-

Disposer ces lamelles de poivrons à l'huile d'olive au dessus du plat et servir bien chaud !