



# BOULETTES DE VIANDE AU CŒUR FONDANT

avec spaghetti aux herbes

PRONTO



## BONJOUR BOULETTES

Ces incroyables boulettes de viande cachent un délicieux secret

PRÉP: 15 MIN | TOTAL: 30 MIN | CALORIES: 800



Bœuf haché



Tomates en dés



Ail



Échalote



Assaisonnement  
italienne



Mozzarella fraîche



Concentré de  
bouillon de bœuf



Spaghetti



Basilic



## SORTEZ

- Presse-ail
- Grand bol
- Grande poêle antiadhésive
- Grande casserole
- Râpe
- Cuillères à mesurer
- Passoire
- Sel et poivre
- Huile d'olive ou de canola

## INGRÉDIENTS

2 pers | 4 pers

- Bœuf haché 250 g | 500 g
- Tomates en dés 1 boîte | 2 boîtes
- Ail 10 g | 20 g
- Échalote 1 | 2
- Assaisonnement italienne 9 1 c. à table | 2 c. à table
- Mozzarella fraîche 2 125 g | 250 g
- Concentré de bouillon de bœuf 1 | 2
- Spaghetti 1 170 g | 340 g
- Basilic 10 g | 20 g

## ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soya, les sulfites, les noix et le blé.

- 0 Seafood/Fruit de Mer
- 1 Wheat/Blé
- 2 Milk/Lait
- 3 Egg/Oeuf
- 4 Soy/Soja
- 5 Tree Nut/Noix
- 6 Mustard/Moutarde
- 7 Peanut/Cacahuète
- 8 Sesame/Sésame
- 9 Sulphites/Sulfites
- 10 Crustacean/Crustacé
- 11 Shellfish/Fruit de Mer

\*Wash and dry all produce.



## BON DÉPART

Les boulettes peuvent s'ouvrir pendant la cuisson. Ne vous en faites pas : elles seront tout aussi délicieuses!



**1 PRÉPARATION**  
**Laver et sécher tous les aliments.\***  
Porter une grande casserole d'**eau salée** à ébullition. Émincer ou presser l'**ail**. Couper la **mozzarella** en cubes de 1,5 cm (½ po). Peler et râper l'**échalote**. Détacher les **feuilles de basilic** de leur tige et déchirer en petits morceaux. (Gardez les **tiges** — nous les utiliserons dans la sauce!)



**4 SAISIR LES BOULETTES**  
Entre-temps, dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter un filet d'**huile**, puis les **boulettes**. Cuire, en retournant délicatement les boulettes à l'occasion, jusqu'à ce qu'elles soient brun dorées de tous les côtés, de 3 à 4 min.



**2 PRÉPARER LES BOULETTES**  
Dans un grand bol, combiner le **bœuf haché**, l'**échalote**, l'**ail** et **la moitié de l'assaisonnement italienne**. **Saler et poivrer**. Façonner des boulettes de 2,5 cm (1 po) autour de chaque cube de **mozzarella**. (**ASTUCE**: réservez quelques cubes pour garnir les assiettes!)



**5 CUIRE LA SAUCE**  
Ajouter les **tiges de basilic**, les **tomates en dés**, le **concentré de bouillon**, l'**eau de cuisson réservée** et **le reste d'assaisonnement italienne**. Baisser à feu moyen-doux. Couvrir et laisser mijoter jusqu'à ce que les **boulettes** soient entièrement cuites, de 6 à 8 min. **Saler et poivrer**.



**3 CUIRE LE SPAGHETTI**  
Entre-temps, ajouter le **spaghetti** à l'eau bouillante et cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 10 à 12 min. À la fin de la cuisson, réserver **2 c. à table d'eau de cuisson** (doubler pour 4 pers) et égoutter les pâtes.



**6 FINIR ET SERVIR**  
Retirer les **tiges de basilic** de la sauce et jeter. Incorporer les **feuilles de basilic** à la sauce. Répartir le **spaghetti** dans les bols. Couvrir de sauce et garnir de **boulettes**. Saupoudrer **le reste de mozzarella en cubes**.

## SURPRISE!

Comment ne pas raffoler du fromage fondant dans ces boulettes?