

Les boulettes Ikea puissance 10!



TEMPS DE PRÉPARATION

30 min

TEMPS DE CUISSON

1 h



TYPE DE PLAT

Plat principal

CUISINE

suédoise



PORTIONS

6

INGRÉDIENTS

Pour les boulettes

- 1 Kg haché boeuf et porc
- 1 cup panure panko
- 1/2 cup lait entier
- 1/2 cup crème fraîche 35%
- 2 oeufs
- 1 c. à soupe sauce soja
- 1 c. à soupe moutarde de Dijon
- 2 c. à soupe rub au choix
- 1,5 oignon
- 1 c. à soupe beurre

Pour la sauce

- 2 cups crème fraîche
- 1 c. à soupe moutarde de Dijon
- 1 Cube de bouillon de boeuf
- 1 c. à soupe gelée de groseille
- 1 c. à soupe beurre
- c. à soupe farine

Pour les groseilles

- 500 gr groseilles surgelées
- 1/2 cup sucre

INSTRUCTIONS

1. Faites brunir les oignons coupés dans une poêle avec le beurre
2. Mélangez les groseilles avec le sucre toutes les 15 minutes jusqu'à ce que le sucre soit dissout.
3. Mélangez tous les ingrédients des boulettes dans un bol et placez le mélange au congélateur pendant une heure pour que la viande soit bien froide avant de la travailler à la main.
4. Lavez-vous les mains. Trempez vos mains dans de l'eau froide et prenez environ 40gr de viande pour former des boulettes de la taille d'une balle de golf
5. Allumez votre BBQ pour une cuisson indirecte à 120-130°C. Vous pouvez ajouter quelques chunks de bois pour fumer les boulettes.
6. Lorsque le BBQ est à température, placez les boulettes et le bol de groseilles sur la grille et fermez le couvercle pour 3-40 minutes environ.
7. Préparez la sauce. Dans une casserole, faites fondre 1 grosse CAS de beurre avec 1 CAS de farine et faites un roux léger. Ajoutez la crème fraîche, le cube de bouillon de boeuf et la CAS de gelée de groseille et mélangez. Salez et poivrez au goût.
8. Montez la température du BBQ à 200°C environ. Après 5-7 minutes à 200°C, placez la casserole de sauce dans le BBQ et mettez les boulettes dans la sauce.

Laissez encore cuire quelques minutes et servez.



MOTS CLÉS

Big Swede, boulettes, ikea, Johan Magnussen, Suède