

Boulettes de viande à l'Italienne, Penne Rigate aux olives noire, sifflets d'oignons vert - Version Atelier Virtuel

Recette pour 2

Description

Une recette qui sera ravir vos soirées hivernales, un travail d'équipe pour une dégustation en famille.

L'astuce du chef

Attention lors des assaisonnements, rappelez vous que la recette contient du Parmesan, c'est un fromage déjà salé. Vous comprendrez qu'il joue déjà un rôle important dans la salaison de votre plat.

Vous pouvez utiliser des pâtes aux oeufs de votre choix, souvent nous avons des préférences.

Ingrédients

Boulettes de viande

- 250 Gr Boeuf haché
- 1 Gousse(s) Ail haché
- 35 Gr Parmesan râpé
- 15 Gr Chapelure
- 25 Ml Lait
- 1 Unité(s) Oeuf
- 0.50 Unité(s) Oignon
- 0.50 Unité(s) Boîte de tomates italiennes, concassées (796 ml)
- 1 Unité(s) Oignon vert

Penne Rigate aux olives

- 175 Gr Penne rigate
- 1 Gousse(s) Ail haché
- 15 Copeaux Parmesan
- 1 Unité(s) Oignon vert
- 100 Gr Olives noires dénoyautées
- 4 Feuille(s) Basilic

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**

Prévoir avant le cours Vidéo

Ingrédients

Épluchez et hacher l'ail finement.

Ouvrir la boîte de tomate.

Assurez-vous que le Parmesan soit râpé.

Assurez-vous que les olives noires soient bien dénoyautées.

Matériels

1 planche à découper, 1 grand couteau (Chef), 1 petit couteau (d'office).

1 spatule en bois, 1 spatule en plastique ou cuillère à pâte.

1 bol ou saladier ou cul de poule (farce à boulettes)
1 paire de Pince, 1 plaque à four, papier cuisson, 1 four.
2 torchons propres, cuillères à soupe et fourchettes.
1 petite louche (pochon) ou 1 petit fouet
1 casserole (cuisson des pâtes), 1 passoire

Montage et finitions

Dans une assiette creuse, déposez les pâtes dans le fond, réalisez un nid avec le dos de la louche.
Déposez au centre les boulettes de viande, nappez généreusement de la sauce tomate.
Finalisez avec des copeaux de Parmesan, ajoutez une feuille de basilic.
Au moment de servir, ajoutez un filet d'huile d'olive.

Les pâtes

Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, plongez-y les pâtes (Penne) environ 10 minutes (al dente). Les égouter, dans la même casserole, faites revenir les olives et l'ail haché dans une noisette de beurre.
Évitez la coloration, ajoutez les pâtes, les sifflets d'oignons verts et assaisonnez de sel et poivre.

Boulettes de viande

Boulettes

Dans un bol, mélangez, l'ail haché, la viande de boeuf, le Parmesan, la chapelure, le lait, l'oeuf et l'oignon vert. Assaisonnez de sel et poivre, puis réalisez des boulettes de viande avec vos mains. Les déposer sur une plaque avec papier cuisson, les enfourner pour 15 minutes dans le four.

Sauce tomate

Durant ce temps, dans une poêle chaude avec de l'huile, faites revenir les oignons, ajoutez la boîte de tomate, ainsi que la moitié de la boîte en eau. Salez, puis laissez mijoter environ 15 minutes. Ajoutez les boulettes de viande dans la sauce tomate, baissez un peu le feu, laissez mijoter durant 20 minutes. Arrosez régulièrement les boulettes avec la sauce tomate.

Mise en place

Épluchez l'ail et l'oignon, hachez l'ail (boulettes et pâtes) finement, ciselez finement l'oignon.
Égouttez les olives noire, assurez-vous qu'elles sont bien dénoyautées.

Bon appétit!