



BOULETTES DE VIANDE VÉGÉTARIENNES AIGRE-DOUCE

Ingrédients

Pour 2 personnes

Boulettes de viande:

4 œufs
200g de cheddar râpé
65g de fromage cottage
1 oignon
100g de noix de pécan hachées
1 càc de basilic séché
1/2 càc de sel
1/4 càc de sauge séchée
350 g de chapelure assaisonnée

Sauce aigre douce:

60g d'huile végétale
60g de vinaigre blanc
150g de confiture d'abricots
150g de ketchup
1 oignon
1 càc d'origan séché
1 trait de sauce au piment fort

Étapes

- 1.** Dans un grand bol, mélanger les œufs, le fromage cheddar et le fromage cottage jusqu'à homogénéité. Mélanger l'oignon, les noix de pécan, le basilic, le sel et la sauge. Incorporer la chapelure.
- 2.** Façonner le mélange en petites boules et les placer dans un plat allant au four.
- 3.** Dans un autre bol, fouetter ensemble l'huile végétale, le vinaigre, la confiture d'abricots, le ketchup, l'oignon, l'origan et la sauce au piment fort. Verser sur les boulettes de viande.
- 4.** Cuire à découvert dans un four préchauffé à 175°C pendant 35-40 minutes, jusqu'à ce que les boulettes de viande soient fermes et que la sauce soit épaisse et bouillonnante.