

BOULETTES DE POMMES DE TERRE VIANDE HACHÉES

Préparation: 25 minutes

Cuisson: environ 40 minutes

6 personnes (220 Kcal par portion)

Ingrédients

30 g de beurre

100 g de fromage râpé

450 g de viande hachée maigre

6 pomme de terre

$\frac{1}{2}$ poivron

2 tomates

Poivre

Sel

Huile d'olive

1 gousse d'ail

1 oignon

3 brins d'aneth

Préparation:

1. Les réduire en purée dans un bol.
2. Nettoyer le poivron et les tomates, les couper en dés. Peler et hacher l'oignon avec l'ail et l'aneth. Le faire revenir dans une poêle antiadhésive avec un filet d'huile.
3. Ajouter le poivron et laisser cuire quelques instants.
4. Incorporer la viande, saler et poivrer.
5. Poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.
6. Ajouter les tomates et l'ail.
7. Préchauffer le four à 200 degrés.
8. Ajouter l'aneth et le beurre à la purée et remuer avec

une spatule.

9. Avec les mains huilées, façonner des boulettes de pommes de terre et les placer sur une plaque tapissée de papier cuisson.
10. Faire un creux au milieu avec le fond d'un verre.
11. Le garnir de fromage râpé et de viande hachée.
12. Saupoudrer du fromage restant.
13. Enfourner pour une dizaine de minutes.