



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux

Boulettes de bœuf au citron et céleri rave d'inspiration Ottolenghi

 Pour 3 personnes

 Très facile

 55 min

3.37€ La portion (prix indicatif)



Suggestion pour un plat plus consistant : accompagnez ces boulettes de riz ou de semoule.

Les ingrédients

- 200 g de Céleri rave
- 3 gousse de Ail
- 200 g de Viande de boeuf hachée
- 30 g de Chapelure fine
- 0.5 c à c de Mélange 4 épices
- 10 brin de Persil plat frais
- 1 pièce de Oeuf
- 1 1/2 de Oignon jaune
- 0.25 c à c de Curcuma moulu
- 0.5 c à c de Paprika fumé
- 0.5 c à c de Fenouil en poudre
- 2 c à s de Jus de citron jaune (citrons à presser soi même)
- 1 pièce de Bouillon de poule, de volaille

Étapes de préparation



Préparation : 20 min



Cuisson : 35 min



Attente : 0 min

- 1 Épluchez ¼ de céleri rave (soit environ 200 g). Coupez-le en lamelles triangulaires d'1 cm d'épaisseur.
- 2 Coupez ½ oignon en tout petits dés et hachez finement 3 gousses d'ail.
- 3 Mettez l'oignon et la moitié de l'ail dans un saladier large avec 200 g de bœuf haché, 30 g de chapelure, ½ càc bien bombée de mélange 4 épices, le sel, 6 brins de persil (ciselé avec

des ciseaux) et $\frac{1}{4}$ de càc de sel. Battez 1 œuf. Ajoutez la moitié dans le saladier.

Mélangez la farce à la main. Si besoin, ajoutez plus de chapelure pour avoir une farce homogène. Formez une dizaine de boulettes.

- 4 Chauffez un bon filet d'huile d'olive dans une poêle assez large pour y mettre les boulettes en une couche. Ajoutez les boulettes de viande. Faites dorer toutes les faces à feu moyen. Mettez de côté les boulettes dans un plat, en laissant l'huile dans la poêle.
- 5 Dans la même poêle, faites revenir 1 minute le reste de l'ail, $\frac{1}{4}$ de càc de curcuma, $\frac{1}{2}$ càc de paprika fumé et $\frac{1}{2}$ càc de fenouil moulu.
- 6 Ajoutez les tranches de céleri rave. Snackez-les rapidement de chaque côté.
- 7 Remettez les boulettes de viande sur le céleri. Versez 250 ml d'eau, 2 càs de jus de citron et ajoutez 1 cube de bouillon de volaille. Poivrez généreusement. (Salez seulement si le bouillon ne l'est pas.)
Portez rapidement à ébullition.
Couvrez et baissez le feu pour maintenir un léger frémissement. Faites cuire 25 minutes environ jusqu'à ce que le céleri rave soit fondant et qu'il ne reste qu'un fond de liquide.
- 8 Après la cuisson, enlevez le couvercle.
Augmentez le feu pour faire épaissir la sauce (consistance sirupeuse). Notez que la sauce, en refroidissant, va épaissir un peu plus. Faites-la donc réduire un peu moins.
- 9 Servez sans attendre avec du persil frais haché.