

## ***Pâtés (boulettes) de boeuf à l'italienne***

[RECETTES](#) - [REPAS](#) - [VIANDES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4

---

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

---

TEMPS DE CUISSON : 30 MIN

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

---

CONGÉLATION: OUI

## Ingrédients

---

- 1 oeuf
- 1/4 tasse de chapelure nature
- 2 gousses d'ail, hachées
- 2 c. à table d'eau
- 2 c. à thé de mélange de fines herbes à l'italienne
- 1/2 c. à thé de sel
- 1/2 c. à thé de poivre
- 1 livre de boeuf hachée
- 1 c. à thé d'huile
- 2 tomates, épépinées et coupées en dés
- 1/2 poivron, coupé en petits dés
- 1 petit oignon, haché
- 1/4 tasse de persil frais, haché
- 1 tasse de mozzarella, râpé

## Préparation

---

1. Dans un bol, à l'aide d'une fourchette, mélanger l'oeuf, la chapelure, l'ail, l'eau, le mélange de fines herbes et la moitié du sel et du poivre. Ajouter le boeuf haché et mélanger. Avec les mains mouillées, façonner la préparation en quatre pâtés.
2. Dans un poêlon allant au four, chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter les pâtés de boeuf et cuire

pendant environ 6 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Retourner et poursuivre la cuisson jusqu'à ce que le boeuf soit bien cuit.

3. Entre temps, dans un autre bol, mélanger les tomates, les poivrons, l'oignon, le persil et le reste du sel et du poivre. À l'aide d'une cuillère, étendre le mélange sur les pâtés de boeuf et ajouter le mozzarella.
4. Cuire pendant 15-20 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit bien fondu.

Servir avec une belle salade ou du riz.