

Boulettes de viande hachée grillées au ketchup à la pomme

Ingrédients

Amuse-gueules pour 8 personnes
Pour 40 boulettes de viande environ

Broches de bois ou cure-dents

40 g de pain sans croûte
1 dl de lait
1 oignon finement haché
2 gousses d'ail écrasées
3 cs de persil finement haché
Beurre pour étuver
700 g de hachis de boeuf
1 jaune d'oeuf
1 cc de petites feuilles de thym
1 cc de sel, poivre fraîchement moulu
1 cc de moutarde à grains
1 cc de paprika doux en poudre
4 petites courgettes

Beurre à rôtir ou crème à rôtir

Ketchup à la pomme pour 8 dl environ

500 g de tomates bien mûres grossièrement concassées
200 g de pommes acidulées, râpées
100 g d'oignon finement haché
4 cs de miel
1/2 cc de miel
1/2 cc de sel
0,5 dl de vinaigre de cidre
Origan, thym, romarin, 1 cc de chaque, finement hachés
1 pincée de piment de Cayenne

Préparation

1. Faire tremper le pain dans le lait, puis essorer soigneusement.
2. Etuver l'oignon avec l'ail et le persil au beurre. Ajouter la mie de pain et laisser refroidir.
3. Ajouter la viande hachée, le jaune d'oeuf, le thym, le sel, un peu de poivre, la moutarde et le paprika en poudre. Pétrir le tout jusqu'à consistance lisse. Entreposer au frais à couvert durant 30 minutes.
4. Façonner la masse avec les mains mouillées en boulettes de la taille d'une noix.



5. Tailler les courgettes en lanières de 2 mm d'épaisseur avec le couteau économe et en envelopper les boulettes de viande. Fixer à l'aide d'un cure-dent.
6. Grilles les boulettes durant 8-10 minutes environ sur braise modérée en les tournant et retournant plusieurs fois. Poursuivre la cuisson durant 5 minutes encore au bord du gril.
7. Pour le ketchup, porter à ébullition en remuant dans une marmite les tomates, les pommes et l'oignon. Laisser frémir à petit feu durant 15 minutes jusqu'à ramollissement. Réduire en fine purée, puis écraser à travers un tamis.
8. Incorporer les ingrédients restants, reporter à ébullition, puis transvaser dans des bouteilles rincées à l'eau bouillante. Fermer soigneusement.

Pour griller les bouletts de viande à la cuisine, chauffer fortement la poêle à griller ou à rôtir. Badigeonner de crème à rôtir et y griller les boulettes de viande sur toutes les faces. Finir la cuisson durant 10 minutes au four préchauffé à 200 °C.

Accompagner de ketchup à la pomme.

Transvasé dans des bouteilles hermétiquement closes, ce ketchup se conserve à un endroit frais et obscur jusqu'à une année. Remplir à ras bord, afin de garantir la conservation.

Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 288 kcal; protéines: 21 g; lipides: 16 g; glucides: 14 g.