

Steaks hachés aux châtaignes

Ingrédients

Pour 2 personnes

200 g de viande hachée
100 g de châtaignes rôties, du marchand, pelées et finement hachées à la main ou au robot
½ échalote, finement hachée
1 cs de persil, finement haché
1 cs de confiture d'airelles
1 cc de sel
poivre du moulin

beurre à rôtir ou crème à rôtir

décoration:

1 cs de confiture d'airelles
un peu de persil



Préparation

Préparation: env. 20 min

1. Pétrir tous les ingrédients ensemble à la main. Avec les mains mouillées, former 4 petits steaks ronds.
2. Saisir les steaks 1-2 min dans du beurre à rôtir, dorer encore 4-5 min. Dresser sur des assiettes, décorer.

Remplacer la confiture d'airelles par de la sauce Cumberland ou de la confiture de raisinets.

Remplacer les châtaignes rôties par des châtaignes congelées. Dégeler et râper avec la râpe à bircher.

Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 383 kcal; protéines: 22 g; lipides: 20 g; glucides: 29 g.