

**Ragoût de boulettes de bœuf**

 **Pour 6 Croquants-Gourmands**

**La sauce :**

**- 2 oignons**
**- 3 gousses d'ail**
**- 350 g de** [**carottes**](https://recettes.de/carottes)
**- 3 càs de farine**
**- 750 ml de** [**vin rouge**](https://recettes.de/vin-rouge)
**- 1** [**bouquet garni**](https://recettes.de/bouquet-garni) **(thym, laurier, romarin)**
**- 1 Kub de** [**bouillon de bœuf**](https://recettes.de/bouillon-de-boeuf)
**- ½ sucre**
**- ¼ de càc de** [**paprika**](https://recettes.de/paprika)
**- 2 boites de pulpe de** [**tomate**](https://recettes.de/tomates)
**- sel & poivre du moulin**
**- huile d'olive**

Peler et émincer finement les oignons et l'ail dégermé.
Peler les carottes et les couper en petits dés.
Faire dorer les oignons dans un filet d'huile chaude.
Ajouter les carottes et l'ail et bien mélanger pendant quelques minutes.
Ajouter la farine et mélanger pour bien enrober les légumes.
Verser le vin.
Déposer le bouquet garni, le sucre, le kub de bouillon et le paprika.
Porter à ébullition en mélangeant et laisser réduire pendant 15 minutes.
Incorporer la pulpe de tomate et 400 ml d'eau.
Porter à ébullition, puis laisser mijoter pendant 45 minutes.
Mélanger régulièrement, la sauce doit épaissir.

**Les boulettes :**

**- 1 kg de** [**bœuf haché**](https://recettes.de/boeuf-hache)
**- 1 œuf**
**- 75 g de** [**parmesan**](https://recettes.de/parmesan) **râpé**
**- 2 tranches de pain de mie**
**- un peu de lait**
**- 1 bouquet de persil**
**- sel & poivre du moulin**
**- farine
- huile de tournesol**

Retirer la croûte du pain de mie et l'arroser d'un peu de lait pour le ramollir.
Ciseler le persil.
Égrener la viande dans un saladier.
Ajouter l'œuf, le parmesan, la mie de pain bien essorée et le persil.
Saler, poivrer et bien mélanger le tout.
Le mélange ne doit pas être trop sec (si c'est le cas, rajouter un peu d’œuf battu)
ni trop mou (si c'est le cas, ajouter un peu de farine).
Former des boulettes plus ou moins grosses  (j'en ai obtenu 22).
Rouler les boulettes dans la farine et enlever l'excédent avec un pinceau.
Faire revenir les boulettes dans un filet d'huile, sans les superposer
jusqu'à ce qu’elles soient bien dorées de tous côtés.
Les déposer sur un papier absorbant.

**Le Ragoût de boulettes de bœuf :**

Au bout de 45 minutes de cuisson de la sauce, y déposer les boulettes.
Reporter à ébullition, puis baisser le feu et laisser mijoter encore 15 minutes.
La sauce doit être bien moelleuse (autrement, prolonger un peu la cuisson).
Vérifier l'assaisonnement en sel et poivrer.
Saupoudrer de persil et servir bien chaud.
J'ai servi sur des pâtes avec une coupelle de parmesan.