



Elvea, L'Italie chez vous

Boulettes orientales avec sauce tomate épicée et riz au cumin

Ingrédients pour 4 Personnes

Pour le riz

3 gousses d'	ail
0,50	oignon haché
1 cuillère à soupe de	graines de cumin
1 cuillère à café de	garam masala
300 g de	riz

Pour les boulettes

500 g de	haché mélangé
1 cuillère à soupe de	tandoori masala
1 cuillère à soupe de	garam masala
100 g de	chapelure
1 cuillère à soupe de	sambal
1	citron
100 g de	raisins secs
	farine
	huile d'olive
	beurre
	poivre
	sel





Elvea, L'Italie chez vous

Pour la sauce

0,50

3 gousses d'

30 g de

1 cuillère à café de

1 cuillère à café de

250 g de

1 verre

100 g de

25 ml de

oignon haché

ail

ELVEA Double concentré de tomates

tandoori masala

sambal

ELVEA Cubes de tomates pelées

vin blanc sec

yaourt grec

jus de citron

Finition

100 g de

filets de

yaourt grec

jus de citron

basilic frais

poivre

sel

