

Boulettes de viande chinoises

durée totale **25 min.** 15 min. temps de préparation 10 min. temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
3.274 kJ / 782 kcal

Matières grasses: **39,1 g** Protéines: **42,9 g**
Glucides: **63,3 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

100 g	de vermicelles de soja (½ paquet)
2	échalotes
15 g	de gingembre
0,5	piment rouge
3,5	gousses d'ail
2,5 càs	d'huile
1 càs	d'oignon vert (haché)
400 g	de viande hachée de porc et de bœuf
1	œuf
0,5 càc	d'épices chinoises, 5-épices
2 càs	<u>Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman</u>
4 càs	<u>Teriyaki Marinade Kikkoman</u>
1 càc	de graines de sésame grillées
0,5 càc	de piment en flocons
2 càs	de coriandre
100 g	de riz jasmin cuit

PRÉPARATION

Étape 1

100 g de vermicelles de soja (½ paquet)

Faites cuire les vermicelles de soja selon les instructions sur l'emballage, puis rincez-les à l'eau froide et coupez-les en petits morceaux à l'aide de ciseaux. Placez-les dans un bol.

Étape 2

2 échalotes - **15 g** de gingembre - **0,5** piment rouge - **3,5** gousses d'ail - **2,5 càs** d'huile - **1 càs** d'oignon vert (haché)

Hachez finement les échalotes, le gingembre, le piment et l'ail. Versez de l'huile dans une poêle, ajoutez les légumes hachés (y compris l'oignon vert), faites sauter pendant environ 1 minute, puis ajoutez-les aux vermicelles.

Étape 3

400 g de viande hachée de porc et de bœuf - **1**

œuf - **0,5 càc** d'épices chinoises, 5-épices
Ajoutez la viande hachée, l'œuf et les épices restantes dans le bol contenant les vermicelles et les légumes. Mélangez bien. Façonnez le mélange de viande en boules d'environ 3 à 4 cm de diamètre.

Étape 4

2 càs Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman - **2 càs** Teriyaki Marinade Kikkoman - **1 càc** de graines de sésame grillées - **0,5 càc** de piment en flocons - **2 càs** de coriandre - **100 g** de riz jasmin cuit

Faites frire les boulettes de viande dans une poêle chauffée jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Ajoutez ensuite la sauce soja fermentation naturelle

Kikkoman et la Marinade Teriyaki Kikkoman.
Mélangez bien. Servez le tout dans un bol,
saupoudrez de graines de sésame et de piment en
flocons. Terminez par quelques feuilles de
coriandre. Servez avec du riz jasmin cuit.