

Barquettes au boeuf épice

● Difficulté : Facile

● Préparation : 30 min / Repos : 1 h
● Cuisson : 20 min

Ingédients pour 4 personnes :

- 200 g de farine
- 7.5 cl de Lait
- 8 g de levure de boulanger fraîche
- 1/2 cuil à café de sucre
- 1/2 cuil à café de sel

Pour la farce :

- 400 g de boeuf haché
(précuire la viande)
 - 1 tomate
 - 1 cuil à soupe d'oignon
 - 1 cuil à café d'ail
- 1 cuil à soupe de concentré de tomate
 - 1 cuil à café d'origan
 - 1 cuil à café de paprika
 - 1 oeuf
 - Sel / Poivre

Préparation :

Dans le bol de votre robot, délayez la levure dans le lait tiède et 10 cl d'eau tiède

Ajoutez la farine, le sucre, le sel.

Recettes de Caline

Mélangez puis pétrissez 10 min environ pour obtenir une boule de pâte lisse.

Couvrez d'un torchon et laissez lever 1 h dans un endroit chaud (four chaud à 30°C Th.1 ou encore devant ou sur un radiateur)

Hachez la tomate, l'oignon, l'ail

Dans un saladier, mette la viande, le concentré de tomate, le haché de tomates, l'origan, le paprika, du sel et du poivre et bien mélanger le tout.

Préchauffez le four à 180 °C (Th.6).

Pétrissez la pâte à pizza 30 secondes puis divisez-la en 8 à 12 boules.

Former des navettes avec vos petits pâtons, et les garnir de la farce de viande, et pour les plus gourmands mettre un peu de gruyère râpé dessus

Badigeonnez-les de d'oeuf battu en omelette.

Enfournez pour 20 min.

Recettes de Caline

Servez chaud accompagné de yaourt grec.

Bon appétit à toutes & tous !!

AVIS

Voici une recette que j'avais trouvé sur le net, je pense qu'elle est à revoir car dans la préparation, il est dit de mettre la viande cru dans les petites navettes de pâte chose que j'ai fait, mais une fois cuit, ça rend beaucoup de gras.