

Boulettes de poulet

Difficulté : Facile

Préparation : 20 min / Cuisson : 10 min

Ingrédients pour 4 personnes :

- ✓ 600 g de poulet
- ✓ 1 oignon
- ✓ 1 gousse d'ail
- ✓ 1 oeuf
- ✓ 1 cuil à soupe de jus de citron
- ✓ 100 g de chapelure
- ✓ Huile d'olive
- ✓ 1 noisette de beurre

Préparation : *Recettes de Caline*

Dans un mixeur mettre l'oignon, les gousses d'ail et le persil,
réduire en petit morceaux.
Réservez sur une petite assiette

Une fois le bol du mixeur débarrasser, mettre le poulet, l'oeuf, le jus de citron
et la chapelure, mixez jusqu'à ce que tout deviennent une pâte.

Ajoutez le mélange oignon/ail et re-mixer pour réunir le tout.

Formez des boulettes de 4 cm environ.

Faites chauffer de l'huile d'olive et une noisette de beurre dans une poêle
et cuire les boulettes jusqu'à ce qu'elles soient dorées sur toutes les faces.

Servir chaud ou tiède accompagné d'une sauce au yaourt & menthe
ou toutes autres sauces (ketchup, mayonnaise etc..)

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!