Daoud basha, boulettes de boeuf à la sauce tomate et aux pignons

Des boulettes de boeuf et de persil mijotées dans une sauce tomate à la cannelle et à la grenade, parsemées de pignons. Un plat libanais familial.

4 personnes	25 min préparation	35 min cuisson	60 min au total	facile niveau

Ingrédients

- 500 g de boeuf haché
- 1 oignon
- 1 brin de persil
- 1 c. à café de quatre-épices
- 1 c. à café de sel
- 20 g d'huile d'olive
- 2 gousse d'ail
- 500 g de tomates concassées
- 1 c. à café de cannelle
- 1 c. à soupe de sirop de grenade
- 30 g de pignons

Préparation

1. Mettre l'oignon et le persil dans le bol, puis hacher finement.
   6 sec / vitesse 6
2. Ajouter le boeuf, le quatre-épices et le sel, puis malaxer.
   15 sec / vitesse 3
3. Former des boulettes de la taille d'une noix et les dorer 5 minutes à la poêle.
4. Rincer le bol, y mettre l'ail, l'huile, les tomates, la cannelle et le sirop de grenade, puis cuire.
   10 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse
5. Ajouter les boulettes dans le bol ou une casserole et mijoter dans la sauce.
   12 min / 95°C / vitesse 1 / sens inverse
6. Servir parsemé de pignons dorés avec du riz.

Le conseil de Tiha
Colore les boulettes à la poêle avant de les plonger dans la sauce, elles tiennent mieux.

Conservation : 3 jours au réfrigérateur.