

# Boulette fondante de Veau de grain du Québec



Type de coupe : haché  
Rendement : 4 portions  
Exécution : facile  
Préparation : 15 minutes  
Cuisson : 25 minutes  
Mode de cuisson : rôtir

## Ingrédients

- 500 g (1 lb) de Veau de grain du Québec haché
- 1 carotte coupée en gros morceaux
- 1 céleri coupé en gros morceaux
- 2 échalotes françaises coupées en gros morceaux
- 1 œuf
- Sel et poivre au goût
- 5 ml (1 c. à thé) d'épices cajun
- 5 ml (1 c. à thé) de fécule de maïs

## Sauce

- 30 g (1/4 pot) de sauce demi-glace concentrée
- 250 ml (1 tasse) d'eau bouillante
- 5 ml (1 c. à thé) d'épices cajun

## Préparation

### Sauce

1. Ajouter la sauce demi-glace et les épices à l'eau bouillante et diluer la sauce demi-glace à l'aide d'un fouet.
2. Mijoter quelques minutes en brassant jusqu'à l'obtention d'une sauce bien lisse.
3. Laisser refroidir et verser la sauce dans 4 cubes de contenant à glace.
4. Congeler et réserver pour une étape subséquente.

### Boulettes

1. Dans un robot culinaire, hacher finement les morceaux de carotte, céleri et échalotes françaises.
  2. Ajouter l'œuf, les épices et la fécule de maïs.
  3. Laisser mélanger une minute.
  4. Ajouter le veau de grain haché.
  5. Laisser mélanger quelques tours jusqu'à ce que le tout soit homogène.
  6. Au besoin, laisser reposer au réfrigérateur.
- 
1. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
  2. Façonner 4 galettes en prenant soin de bien enfermer un cube de sauce congelée au centre de la viande.
  3. Pétrir rapidement la boulette en la passant d'une main à l'autre afin qu'elle soit bien ronde.
  4. Déposer les boulettes sur une plaque à biscuits recouverte de papier parchemin et cuire au four environ 25 minutes ou jusqu'à ce que la boulette soit bien dorée.
  5. Servir avec un accompagnement de légumes au choix.

Recette provenant de Alain Fortier, chef et conseiller-formateur pour le Veau de grain du Québec.