

Ragoût de boulettes

1 livre de boeuf haché (moi 1 1/2)
1/4 tasse de lait
8 biscuits soda émiétés
1 oeuf battu
1/8 c. à thé de clou de girofle moulu
1/4 c. à thé de cannelle moulu
1 c. à table d'oignon haché finement
1 boîte de consommé de boeuf
1 boîte de crème de champignons
Sel et poivre au goût
2 cuillère à soupe de fécule de maïs

Mélanger l'oeuf battu avec le lait, les épices et les biscuits soda. Bien mélanger et laisser reposer 5 minutes. Ajouter la viande, mélanger comme il faut et façonner des boulettes. Mettre la canne de consommé de boeuf au fond du ip , déposer le support avec poignée et mettre les boulettes sur le support.

Cuire en mode Manual/Pressure cook, 10 min , 5 min de NR , ensuite QR.

Sortir le support avec les boulettes et réservée.

Mélanger la crème de champignon au consommé de boeuf dans l'instant Pot de manière à rendre le tout homogène

Moi j'aime la sauce épaisse donc diluer la fécule de maïs dans 1 cuillère à soupe d'eau froide et ajouter aux liquide, mettre sur sauter 5 min.

Ajouter les boulettes à la sauce, mélanger et servir :)

Adapter au Instant Pot d'après une recette du site « Le palais gourmand »

<http://lepalaisgourmand.blogspot.com>