

Boulettes indiennes au curry

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 50 min.

Ingrédients:

- 550 g de hachis d'agneau
- ½ c à café de sel
- 3 c à c de poudre de curry
- 3 c à soupe de yoghourt nature
- 2 c à soupe de coriandre
- Une pincée de poivre de cayenne

Sauce :

- 4 gousses d'ail pilées
- 1 c à c de gingembre en poudre
- Poivre de cayenne
- 3 dl d'eau
- ½ c à café de sel
- 1 c à c de poudre de cumin
- 1 c à c de poudre de coriandre
- 1 c à soupe de paprika
- 1 oignon
- 1 boîte de tomates pelées (avec le jus)
- 4 c à soupe de yoghourt nature
- Huile d'arachide

Recette:

- Mélangez tous les ingrédients des boulettes et façonnez-en 30 pièces ; réservez.

Pour la sauce :

- Dans un bol pour mixer, mettez l'ail et le gingembre coupés en morceaux. Ajoutez 3 à 4 c d'eau froide et mixez jusqu'à obtention d'une pâte.
- Transvasez-la dans un grand bol.
- Ajoutez la poudre de coriandre et de cumin, le paprika et un peu de poivre de cayenne.

- Dans une poêle, faites revenir l'oignon haché en remuant jusqu'à ce qu'il brunisse.
- Ajoutez la pâte aux épices et les tomates.
- Faites frire ce mélange en remuant sans cesse. Ajoutez l'eau et le sel.
- Laissez mijoter pendant 5 min.
- Ensuite, déposez-y les boulettes que vous faites cuire pendant 25 minutes en les retournant délicatement toutes les 5 minutes.
- Dans un bol, battez légèrement le yoghourt. Prélevez un peu de sauce chaude et incorporez-la au yoghourt en mélangeant.
- Hors du feu, ajoutez le tout à la sauce.
- Servez avec du riz et une petite salade pour rafraîchir.