

Rôti haché

Préparation et cuisson: env. 25 min
Rôtir au four: env. 50 min
Pour une large braisière
Pour 4 à 6 personnes

800 g **de viande hachée**
(veau, bœuf et porc)

1 c. à soupe **de beurre**

2 **oignons**, finement hachés

2 **gousses d'ail**, pressées

1 bouquet **de persil**, finement haché

2 tranches **de pain blanc**, sans croûte
(env. 50 g), trempées, bien
pressées, finement hachées

3 c. à soupe **de vin blanc**

1 **œuf**, battu

1 c. à café **de mélange d'herbes**
à l'italienne

¼ de c. à café **de curry fort**

1½ c. à café **de sel**

2 c. à soupe **d'huile**

Rôtissage: chauffer l'huile dans la braisière au milieu du four préchauffé à 220 °C. Poser le rôti dans la braisière, rôtir env. 30 min sans retourner.

2 dl **de bouillon de viande**

1 dl **de vin blanc**

mettre dans une terrine
chauffer dans une casserole

faire revenir le tout env. 5 min, laisser
refroidir, ajouter à la viande

ajouter le tout à la viande, bien mélanger
(photo 1). Former un rôti d'env. 25 cm
de long avec l'appareil

pour rôtir

ajouter, rôtir encore env. 20 min, arroser
de temps en temps le rôti avec le jus
de cuisson. **Test de cuisson:** si le jus qui
s'écoule lorsqu'on pique la viande est
clair, le rôti est cuit. Sortir le rôti, filtrer
le jus de cuisson. Trancher le rôti, ser-
vir avec le jus

Par personne (1/6): lipides 29 g, protéines 30 g, hydrates de carbone 7 g, 1719 kJ (411 kcal)

Suggestions

- Utiliser uniquement de la viande hachée de bœuf ou de veau, ou un mélange des deux sortes.
- Si l'appareil de viande hachée est trop humide pour être façonné, incorporer peu à peu un peu de chapelure. L'appareil a la bonne consistance lorsqu'il ne colle plus aux mains.
- Le rôti est aussi très savoureux lorsqu'il est tranché froid.
- Le rôti haché froid supporte bien d'être réchauffé, voir Pochettes de rôti haché (photo 3).



1 Afin que le rôti haché ne s'émiette pas lors du rôtissage, bien mélanger tous les ingrédients à la main, jusqu'à ce qu'ils forment un appareil compact (env. 5 min). L'appareil est bien mélangé lorsque le pain n'est plus visible et que le mélange ne colle plus aux mains.

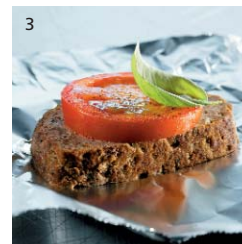
Plus simple: mélanger l'appareil avec les crochets du batteur électrique.



Cake de rôti haché

2 Préparer la masse avec la viande sans le curry, ajouter 1 cs de **moutarde forte** et 2 cs de **grains de poivre vert en bocal**, égouttés. Remplir serré le moule à cake (env. 26 cm) avec l'appareil. Parsemer de **flocons de beurre** et d'**aiguilles de romarin**.

Rôtissage: env. 45 min au milieu du four préchauffé à 200 °C.



Pochettes de rôti haché

3 Poser des **tranches de rôti haché** froid chacune sur une feuille d'alu, garnir d'une **tranche de tomate**, verser goutte à goutte de l'**huile d'olive**, assaisonner de **sel** et **poivre**. Former des pochettes avec les feuilles, bien

fermer, poser sur une plaque.

Chauffer: env. 15 min au milieu du four préchauffé à 180 °C.