



*Services Alimentaires Santé Plus*

3105 rue Bédard, St-Jean-Baptiste

(450) 467-5870 poste 4375

# Boulettes porc-épic

---

## Ingrédients

Bœuf haché

Riz à grains longs (de style « converted ») non cuit

Épices à steak

Sel et poivre au goût

Sauce brune en enveloppe ou en boîte

## Méthode

Mélanger la viande, les épices et le riz et faire des boulettes (pas trop grosses)

Cuire les boulettes au four environ 30 minutes à 350° F

Mettre dans un chaudron avec suffisamment de sauce pour couvrir les boulettes

Laisser mijoter au four pendant environ 1h30.

Si la sauce devient trop épaisse, ajouter un peu d'eau et mélanger

Bon appétit!