

# Boulette italienne

50 portions

## Source de la recette

CSSS Rocher-Percé, Centre hospitalier de Chandler

## Précision ou commentaire de l'établissement

### Description de la portion et du service

1 boulette 60g

### Rendement de la recette

4.65 kg

### Équipements de préparation

Cuillère crème glacée 4 oz (125ml)

### Récipients de cuisson

Plaque à biscuits, Plat profond allant au four

### Équipement de cuisson

Four

### Équipements de service

### Valeur nutritive par portion

Calories	250	Sodium (mg)	319
Protéines (g)	19.9	Lipides (g)	13.5
Glucides (g)	11.4	Gras saturés (g)	non disp.
Sucres (g)	non disp.	Fibres (g)	1



Québec 



## Boulette italienne

50 portions

### Rendement de la recette

4.65 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
4.63 kg	Bœuf haché maigre	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mélanger le steak haché, la chapelure, les oignons, les œufs et le poivre.</li><li>2. Façonner en boulettes avec la cuillère à crème glacée de 4 onces (125 ml).</li><li>3. Placer les boulettes dans des plaques à biscuits et écraser avec une autre plaque pour éviter d'avoir des boulettes genre muffin</li><li>4. Cuire les boulettes au four environ 30 minutes à 180 °C (350 °F).</li><li>5. Préparer la sauce. Mélanger tous les ingrédients.</li><li>6. Mettre les boulettes dans des plats allant au four et verser la sauce par-dessus.</li><li>7. Cuire de nouveau au four environ 20 minutes à 180 °C (350 °F).</li><li>8. 1 portion = 1 boulette de 60 g</li></ol>
500 ml	Chapelure italienne	
500 ml	Oignon, coupé, congelé	
4 unités	Œuf	
25 ml	Poivre noir, moulu	
<b>Sauce</b>		
1,5 L	Eau	
710 ml	Ketchup	
710 ml	Sauce chili	
30 ml	Poudre d'oignon	
15 ml	Poudre d'ail	
15 ml	Paprika	
150 ml	Sucre blanc	
		* pour sans résidus garder portions de boulettes nature et cuire dans la sauce sans résidus pour le bœuf.

