RECETTE DE VIANDE HACHÉE ET LÉGUMES SAUCE TOMATE

Ingrédients :

1 bon et grand verre d'huile
1,5 à 2 kg de viande hachée halal
4 oignons frais ou surgelés
Des petits pois et des carottes frais ou surgelés
4 à 5 briques de coulis de tomates natures
Herbes de provence, sel et poivre

Méthode :

1. Faire revenir les oignons dans l'huile jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
2. Ajouter des herbes de provence, du sel et du poivre.
3. Ajouter les petits pois et carottes et laisser cuire à feu doux (et avec un couvercle) pendant 10 mn. Vérifier que cela n'attache pas !
3. Ajouter la viande hachée .
4. Quand la viande hachée est cuite, ajouter le coulis de tomates.
5. Ajuster l'assaisonnement (herbes de provence, sel, poivre).
6. Laisser mijoter à feu doux (et avec un couvercle) pendant 10mn.
7. C'est l'heure de la distibution. On part avec notre gamelle rejoindre les gamelières et les gameliers !