BOULETTES DE VIANDE à LA GELéE DE RAISIN DU SUD



Les Southern Grape Jelly Meatballs sont un grand classique des buffets et repas conviviaux du sud des États-Unis. Apparues dans les années 1960-1970, à l'époque des recettes " shortcut " popularisées par les livres de cuisine familiale et les marques alimentaires, elles surprennent par leur alliance sucrée-salée à base de gelée de raisin et de sauce chili ou barbecue. Faciles, économiques et toujours appréciées, elles sont devenues emblématiques des potlucks, fêtes de quartier et jours de match, incarnant parfaitement l'esprit généreux et sans prétention de la cuisine du Sud américain.

Infos

- **Temps de préparation**: 20 mins
- **Temps de cuisson**: 30 mins
- **Portions**: 12

Ingredients

- 1 1/2 tasse de sauce chili
- 1 tasse de gelée de raisin
- 3 cuillères à café de moutarde de Dijon
- Spray de cuisson
- 450 g de bœuf haché maigre
- 1 gros œuf, légèrement battu
- 3 cuillères à soupe de chapelure fine sèche
- 1 cuillère à café de sauce Worcestershire

- 1/2 cuillère à café de sel
- 1/4 de cuillère à café de poivre noir fraîchement moulu

Préparation

Etape 1
Mélanger la sauce chili, la gelée de raisin et la moutarde dans la mijoteuse et bien remuer. Faire cuire à couvert à température élevée pendant la préparation des boulettes de viande.

Etape 2
Recouvrir une plaque à pâtisserie à rebord d'une feuille d'aluminium. Graisser ou vaporiser d'huile de cuisson.

Etape 3
Dans un grand bol, mélanger le bœuf haché avec l'œuf battu, la chapelure, la sauce Worcestershire, le sel et le poivre. Mélanger soigneusement à l'aide d'une cuillère en bois ou de vos mains, si nécessaire.

Etape 4
Former environ 2 ou 3 douzaines de boulettes de viande (1/2 once) ou 16 à 18 boulettes de viande (1 once). Disposez les boulettes dans le moule préparé et faites-les cuire au four pendant 12 à 18 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient bien cuites. Vous pouvez également placer une grille de refroidissement dans le moule et faire cuire les boulettes sur la grille.

Etape 5
Une fois cuites, jeter le liquide de la plaque de cuisson et transférer les boulettes de viande dans la mijoteuse. Remuer pour enrober les boulettes, couvrir et cuire à feu doux pendant 3 à 4 heures.