Boulets à la liégeoise avec frites de panais et salade de blé

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

2 oignons (émincés)
2 noisette de beurre
600 grammes de mélange de viandes hachées
1 œuf
1 tasse de panko
2 cuillères à soupe de sirop de liège
1 bouteille de bière brune
2 1⁄2 décilitres de fond de bœuf
1 feuille de laurier
2 branches de thym
sel et poivre
1 cuillère à soupe de maizena (express)
4 panais
1 sachet de mâche
1 échalot
1 tiret de vinaigre de vin blanc
huile d'olive

Méthode de préparation

1. **Chauffez le beurre dans une poêle et faites-y revenir les oignons émincés. Retirez-les de la poêle et réservez-les.**

2. **Mélangez la moitié des oignons avec la viande hachée. Ajoutez-y l’œuf et le panko. Mélangez bien et façonnez des boulettes de la taille (d’une balle de ping-pong). Faites cuire les boulettes à feux doux jusqu'à ce qu'elles soient brunies sur toute la surface.**

3. **Versez le reste des oignons dans une sauteuse. Mettez sur le feu. Ajoutez-y le sirop de Liège, la bière et le fond de veau. Portez à ébullition et ajoutez les boulettes de viande hachée, la feuille de laurier et le thym. Salez et poivrez. Laissez cuire doucement pendant ± 25 minutes.**

4. **Liez la sauce avec un peu de Maïzena Express.**

5. **Épluchez les panais et détaillez-les en frites. Mélangez-les avec un peu d'huile d'olive et déposez-les sur une plaque de cuisson. Faites cuire ± 25 minutes dans un four préchauffé à 200 °C, jusqu'à ce que les frites soient cuites et bien dorées.**

6. **Lavez la salade de blé et essorez-la. Ajoutez-y une échalote émincée, un peu vinaigre de vin et de l’huile d’olive et fatiguez.**

7. **Servez les boulets à la liégeoise avec les frites de panais et la salade de blé.**