

# Recette de Boulettes de poulet haché, sauce aux pommes

**Préparation :** 10 min

**Cuisson :** 30 min

**Portions :** 4

## INGRÉDIENTS

2 lbs (900 g) de poulet haché  
1/2 tasse (environ 2 petits) d'oignons, hachés très fins  
1/2 tasse (75 g) de chapelure nature  
1 oeuf  
1/4 c.à thé (1 g) de cari jaune  
Sel, poivre au goût  
Huile de cuisson

Sauce:

1 tasse (250 ml) de bouillon de poulet  
1 tasse (250 ml) de jus de pomme, non sucré  
1/2 c.à thé (2 g) de cari jaune  
1 c.à thé (5 g) de fécule de maïs  
1 pomme, coupée en quartiers

*Les ingrédients en bleu vous mèneront à une fiche descriptive en cliquant dessus!*

## LES ÉTAPES

1. Dans un petit bol, battre légèrement l'oeuf.
2. Dans un grand bol, mélanger la viande, la chapelure, les oignons, l'oeuf, le cari. Assaisonner au goût.
3. Façonner des boulettes et les cuire environ 5 minutes dans un poêlon légèrement huilé.
4. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients de la sauce, sauf la fécule de maïs et la pomme.
5. Dans un grand chaudron, porter la sauce à ébullition.
6. Ajouter les boulettes et cuire à feu vif pendant 20 minutes.
7. Ajouter la pomme 2 minutes avant la fin de la cuisson.
8. Épaissir la sauce au même moment en ajoutant la fécule de maïs. Pour ce faire, diluer la fécule de maïs dans un peu d'eau froide. Ajouter petit à petit en mélangeant bien. Porter à ébullition en remuant sans arrêt. Laisser bouillir pendant 1 minute pour épaissir.