Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Boulettes bœuf & patate douce, mayo épicée Crazy Bastard

Boulettes bœuf & patate douce réveillent les assiettes grâce à l’accord sucré-fumé de la patate douce et au caractère franc du bœuf haché. La chair moelleuse des boulettes contraste avec une croûte dorée, tandis qu’une mayonnaise relevée à la Sauce Piquante Crazy Bastard apporte une pointe citronnée et un feu caribéen maîtrisé. C’est un plat chaleureux, idéal pour un dîner convivial ou un apéro d’hiver réconfortant : on pique, on trempe, on partage. Les notes de poivron et d’oignon, le gingembre et la lime de la sauce apportent de la fraîcheur ; quelques herbes fraîches terminent le plat. Simple et rapide, ce plat se prépare en moins d’une heure et donne envie de refaire la recette dès la première bouchée.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**30 min**	**25 min**	**facile**

Ingrédients

- 500 g de bœuf haché (5–15% de matière grasse)
- 400 g de patate douce (poids cru), pelée et râpée ou coupée en petits dés
- 1 petit oignon jaune, finement ciselé
- 2 gousses d’ail, hachées
- 1 œuf
- 60 g de chapelure (ou panko)
- 1 c. à soupe de coriandre fraîche ciselée (ou persil plat)
- 1 c. à café de sel
- ½ c. à café de poivre noir
- 1 c. à café de cumin moulu (optionnel)
- 2 c. à soupe d’huile d’olive pour la cuisson
- 150 g de mayonnaise maison ou du commerce
- Sauce Piquante Crazy Bastard - Scotch Bonnet & Épices des Caraïbes — 45 ml (3 c. à soupe) réparties: 1 c. à soupe dans les boulettes, 2 c. à soupe pour la mayonnaise
- 1 c. à soupe de jus de lime (pour la mayo)
- Quelques feuilles de salade, quartiers de lime et coriandre pour servir

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Sauce Piquante Crazy Bastard - Scotch Bonnet & Épices des Caraïbes 100ml

Scanner pour voir le produit

Préparation

Préchauffe le four à 200 °C (optionnel: mode grill doux). Sur une plaque, étale les morceaux de patate douce en dés si tu choisis de rôtir (10–15 min); sinon, râpe la patate douce et presse-la légèrement dans un torchon pour retirer l’excès d’eau.

Dans un grand bol, mélange le bœuf haché, la patate douce préparée, l’oignon, l’ail, l’œuf, la chapelure, la coriandre, le sel, le poivre et 1 c. à soupe de Sauce Piquante Crazy Bastard. Mélange à la main juste assez pour homogénéiser sans compacter.

Forme des boulettes de taille moyenne (environ 45–50 g chacune): tu dois obtenir ~16 boulettes. Pose-les sur une assiette farinée ou une planche.

Chauffe 2 c. à soupe d’huile d’olive dans une grande poêle à feu moyen-vif. Saisis les boulettes 2–3 minutes de chaque côté jusqu’à ce qu’elles prennent une belle couleur dorée.

Baisse le feu à moyen-doux et finis la cuisson 6–8 minutes en remuant la poêle ou choisis de terminer au four 8–10 minutes pour une cuisson plus douce. Vérifie la cuisson: centre encore rose acceptable mais chaud, sinon prolonge 2–3 minutes.

Pendant ce temps, prépare la mayo épicée: dans un bol, mélange la mayonnaise, 2 c. à soupe de Sauce Piquante Crazy Bastard et 1 c. à soupe de jus de lime. Goûte et ajuste: si trop piquant, ajoute un peu de mayonnaise.

Serre les boulettes aussitôt avec la mayo épicée à côté, quelques quartiers de lime et un lit de salade ou un bol de riz parfumé selon l’envie.

Le conseil des Épices Curieuses

Si la farce est trop humide, ajoute 1–2 c. à soupe supplémentaires de chapelure. Pour des boulettes bien régulières, utilise une cuillère à glace. Préfère finir la cuisson au four si tu prépares en grande quantité pour conserver leur moelleux.