//

INGREDIENTS

- Mie de **pain**
- Lait
- Epaule d’agneau hachée
- **Ail**
- **Persil**
- Œuf
- Sel et poivre
- Farine
- **Poivron** vert
- **Huile** d’olive
- Tomates

PREPARATION

1/ Verser la mie de pain imbibée de lait dans un saladier. Mélanger la viande hachée, l’ail, le persil, l’œuf, le sel et le poivre.
2/ Former les boulettes et les rouler dans la farine.
3/ Découper les poivrons en lamelles et les tomates en dés.
4/ Allumer la plancha.
5/ Vaporiser un peu d’huile d’olive.
6/ Déposer les boulettes, les poivrons et les tomates sur la plancha.
7/ Dresser vos assiettes.

Notre conseil : vous pouvez également accompagner vos légumes de morceaux d’échalote pour relever le goût !

Source : Vanina33 Paperblog.fr