

# Boulettes de viande avec Orzo

(petites pâtes appelées aussi « avoine » d'Alpina ou communément langues d'oiseaux)  
6 personnes



## La viande

500 gr de bœuf haché  
1 gros œuf (légèrement battu)  
3 c à s de feuilles de persil italien (*grand persil plat*) frais, finement haché - (+ 2 c à s pour servir)  
2 c à s de chapelure  
60 g de parmesan finement râpé - (+ 2 c à s pour servir)  
1 ½ c à café de sel  
2 gousses d'ail pelées émincées

## La Sauce

2 c à soupe d'huile d'olives  
1 oignon pelé, finement haché  
2 c à soupe de feuilles de persil italien frais, finement haché  
2 c à café d'origan  
60g de Vermouth rouge  
2 boîtes de 400 g de tomates en dés  
1 ½ c à café de sel  
320 g d'Orzo

Recouvrir une grande plaque de cuisson de film alimentaire pour y poser les boulettes un fois prêtes

Mettre dans un grand saladier les ingrédients pour les boulettes mélanger délicatement avec les mains, sans excès pour éviter que les boulettes ne deviennent denses et lourdes.

Prélever des petits morceaux que vous ferez rouler entre vos paumes de mains pour former des boulettes d'une taille intermédiaire entre une tomate cerise et une noix, puis déposez-les au fur et à mesure sur votre plaque préparée. Vous devriez obtenir une trentaine de boulettes.

Dans une casserole à fond épais, faire chauffer l'huile puis faire revenir l'oignon haché à feu moyen en remuant de temps en temps environ 10 minutes qu'il devienne translucide, ajouter alors le persil et l'origan, faire cuire en remuant pendant une minute environ avant d'ajouter le Vermouth. Laisser bouillonner 1 minute encore puis ajouter les tomates. Remplissez d'eau, pour moitié les boîtes de tomates vides et verser dans la casserole avec le sel. Porter à ébullition, remuer doucement puis baisser le feu, fermer le couvercle et laisser mijoter doucement pendant 10 minutes

Découvrir la casserole et déposer délicatement les boulettes de viande dans la sauce frémissante, les remuer doucement en portant l'ensemble à ébullition, puis baisser le feu, remettre le couvercle et laisser mijoter les boulettes dans la sauce une 20ème de minutes.

Ajouter alors l'Orzo (pâtes) toujours délicatement pour ne pas dissocier les boulettes. Amener de nouveau à ébullition et laisser cuire à petits bouillons pendant 10 à 15 minutes (jusqu'à ce que les pâtes soient suées) Vous devez remuer fréquemment pour que les pâtes ne collent pas au fond de la casserole

Servir dans des bols peu profonds, saupoudrer de persil. Présenter à côté, un petit récipient rempli de parmesan râpé