

Wok de Boulettes aux Chicons et à la Mangue

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1h 20 min

Ingrédients:

- HACHIS PORC & BOEUF	450g
- FILET AMERICAIN	150g
- OEUF(S)	1
- CRÈME FRAÎCHE	2-3 c à soupe
- CHAPELURE	4-5 c à soupe
- CURRY EN POUDRE	1 c à café
- FARINE	1 c à soupe
- CHICON(S)	1 kg
- SUCRE SEMOULE	1 c à soupe
- HERBES DE PROVENCE	½ c à soupe
- MANGUE(S)	240g au sirop
- CRÈME FRAÎCHE	2 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Dans un plat creux, mélangez les viandes avec l'œuf, la chapelure, 2-3 c à soupe de crème fraîche, le curry, sel et poivre. Homogénéisez bien le tout puis façonnez des boulettes de la taille d'une balle de ping-pong (environ 14 pièces).
- Farinez-les légèrement puis faites-les rissoler sur toutes les faces dans du beurre chaud.
- Réservez-les sur une assiette.
- Nettoyez et retirez le cœur amer des chicons. Faites-les revenir dans la même poêle que les boulettes dans du beurre chaud. Salez et poivrez. Ajoutez un peu d'eau et couvrez. Laissez cuire 15-20 minutes.
- Après ce temps, retirez le couvercle et laissez caraméliser les chicons en ajoutant le sucre semoule.
- Egouttez alors les mangues au sirop en conservant le sirop.
- Versez-le sur les chicons caramélisés, puis replacez les boulettes dans la casserole. Baissez le feu et couvrez 15-20 minutes. Remuez de temps en temps.
- Après ce temps, ajoutez 2 c à soupe de crème, les herbes de Provence et les mangues égouttées. Laissez prendre chaleur 30 secondes.
- Servez sans attendre, un nid de chicons avec 3 boulettes et surmontez le tout de morceaux de mangue.