



## Bouchées au boeuf Cookeo

**Préparation : 10 minutes**

**Pour 4 personnes :**

*Les bouchées :*

- 400 g de boeuf hâché
- 1 càs de sauce Worcestershire
- 2 càs de chapelure
- 1 pointe de couteau de poudre de curry
- 1/2 càc de paprika
- sel, poivre
- 1 càs de sauce barbecue

Mélanger tous les ingrédients à la fourchette, puis former de petites boulettes (environ 1 càc de viande pour chaque boulette).

*La sauce :*

- 140 g de double concentré de tomates
- 250 ml d'eau bouillante
- 1 cube de bouillon de boeuf
- 1 càs de sauce barbecue
- 2 càs de sauce Worcester
- 1 càs de cassonade

Programme Manuel / cuisson différée ou immédiate / 6 minutes.

Avec un riz aux légumes (oignons, petits pois, carotte), c'était délicieux....Et vraiment ultra simple et ultra rapide !