

Boulettes de pain antigaspi



Pour une
vingtaine de
boulettes



20 minutes



Ingrédients

Pain - 200 g
Oeuf - 1
Lait (animal ou végétal) - 10 cl
Eau - 10 cl
Persil
Ail en poudre - 1cc
Chapelure
Parmesan ou levure maltée - 30g
Sel, poivre
Huile de friture

Déroulé de la recette

Couper le pain en petits morceaux.
Mettre le pain dans un saladier et le recouvrir du mélange de lait et d'eau, le presser avec les mains pour que tous les morceaux soient bien imbibés.
Ajouter l'ail, le persil, le parmesan ou la levure maltée, l'oeuf, le sel et le poivre.
Ajouter de la chapelure jusqu'à obtenir une consistance compacte, si le mélange n'est pas assez dense pour former les boulettes,
Mouiller vos mains et former des boulettes moyennes.
Faire chauffer de l'huile dans une poêle et faire revenir les boulettes.
Les égoutter sur du papier absorbant et les saler..
Laisser refroidir avant de déguster.

Notes

Vous pouvez déguster ces boulettes accompagnées de tartinades ou de pesto par exemple.