

# Bœuf

## À LA SAUCE TOMATE



10 g	50 g	Huile de colza
120 g	600 g	Viande hachée de bœuf
10 g	50 g	Purée de tomates
40 g	200 g	Vin rouge
50 g	250 g	Piment
100 g	250 g	Jus de veau
15 g	75 g	Flocons de pommes de terre
100 g	500 g	Lait
50 g	250 g	Bouillon de bœuf
4-5 mes.	20-25 mes.	ThickenUP®
		Sel, poivre

### Préparation

Faire revenir la viande hachée de bœuf dans l'huile de colza, ajouter le piment et faire cuire brièvement.

Ajouter le jus de veau et faire cuire jusqu'à ramollissement. Faire bouillir le lait séparément et ajouter les flocons de pommes de terre, saler et poivrer.

Mixer tous les ingrédients jusqu'à obtenir une consistance lisse, incorporer le bouillon de bœuf et tamiser la masse.

Ajouter **ThickenUP®**, mélanger brièvement et assaisonner à nouveau.

UNE PORTION  
CONTIENT:

É: 199 kcal  
P: 14,2 g  
G: 10 g  
L: 10 g