



Viandes variées

Meat loaf - pain de viande américain



1h15

TEMPS TOTAL

15 min

PRÉPARATION

1h

CUISSON

0

REPOS

237

CALORIES

Étape 1

Préparation de la garniture

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.6-7).
- 2 Faire tremper le pain dans un bol avec le lait pendant 5 minutes, puis l'égoutter en le pressant entre les mains.
- 3 Ciseler le persil.
- 4 Emincer le poireau en fines rondelles et tailler le poivron en dés.

Étape 2

Préparation de la farce

- 1 Dans un grand saladier, mélanger le pain, le boeuf, la chair à saucisse, le poireau, le poivron et le persil ciselé.
- 2 Assaisonner avec le sel, le poivre, le piment de cayenne, la muscade, le ketchup et la sauce Worcestershire.
- 3 Pétrir la préparation directement avec les mains pour que tous les ingrédients soient bien amalgamés.
- 4 Incorporer l'oeuf battu jusqu'à obtention d'un mélange homogène.

Étape 3

Ingrédients
pour 10 personnes

Ingrédients pour la viande

500 g **Boeuf haché**
250 g **Chair à saucisse**

Ingrédients pour l'assaisonnement

1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
1 c. à soupe **Ketchup**
2 c. à café **Sauce Worcestershire**
1 pincée(s) **Piment en poudre**
4 branche(s) **Persil frisé**
1 pincée(s) **Noix de muscade en poudre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la garniture

1 **Poivron(s)**
1 **Poireau**

Cuisson

- 1 Déposer la préparation dans un moule tapissé de papier sulfurisé (si le moule est en silicone, inutile de le chemiser).
- 2 Recouvrir avec les tomates concassées et les tomates cerises. Assaisonner de sel, poivre et origan.
- 3 Enfourner et faire cuire pendant 1 heure.
- 4 Servir en tranches épaisses, chaud ou froid.

4 tranche(s) **Pain de mie**
10 cl **Lait demi-écrémé**

Ingrédients pour la sauce tomate

400 g **Tomate(s) concassée(s)**
6 **Tomate(s) cerise**
1 c. à café **Origan séché**
1 **Sel**
1 **Poivre**