

BOULETTES DE NOIX EN RAGOÛT

*1 oignon haché
1 poivron émincé
4 pommes de terre en dés
100g de noix grossièrement écrasées
6 c. à s. de farine
1 c. à s. d'huile de noix
1/5 de tasse de lait de soja non sucré
1 c. à c. de paprika
sel - poivre
3 c. à c. de fécule de maïs diluée dans un peu d'eau
1 c. à s. d'huile d'olive*

Faire rissoler le paprika dans l'huile d'olive et y faire blondir ensuite l'oignon haché. Ajouter le poivron émincé, les pommes de terre en dés et recouvrir d'eau (ou de bouillon végétal). Assaisonner, porter à ébullition puis baisser le feu et laisser mijoter une petite demi-heure. Mélanger dans une terrine les noix, la farine, l'huile de noix et le lait de soja et pétrir pour obtenir une pâte homogène. Diviser cette masse en petites boulettes (2,5cm de diamètre) et les ajouter à la cocotte en les immergeant dans le bouillon. Laissez la cocotte au coin du feu pendant une demi-heure encore, ou si vous le pouvez, arrêtez la cuisson et réchauffez le plat le lendemain, il n'en sera que meilleur. Au moment de servir, ajouter dans la cocotte la fécule diluée dans l'eau, pour lier la sauce.