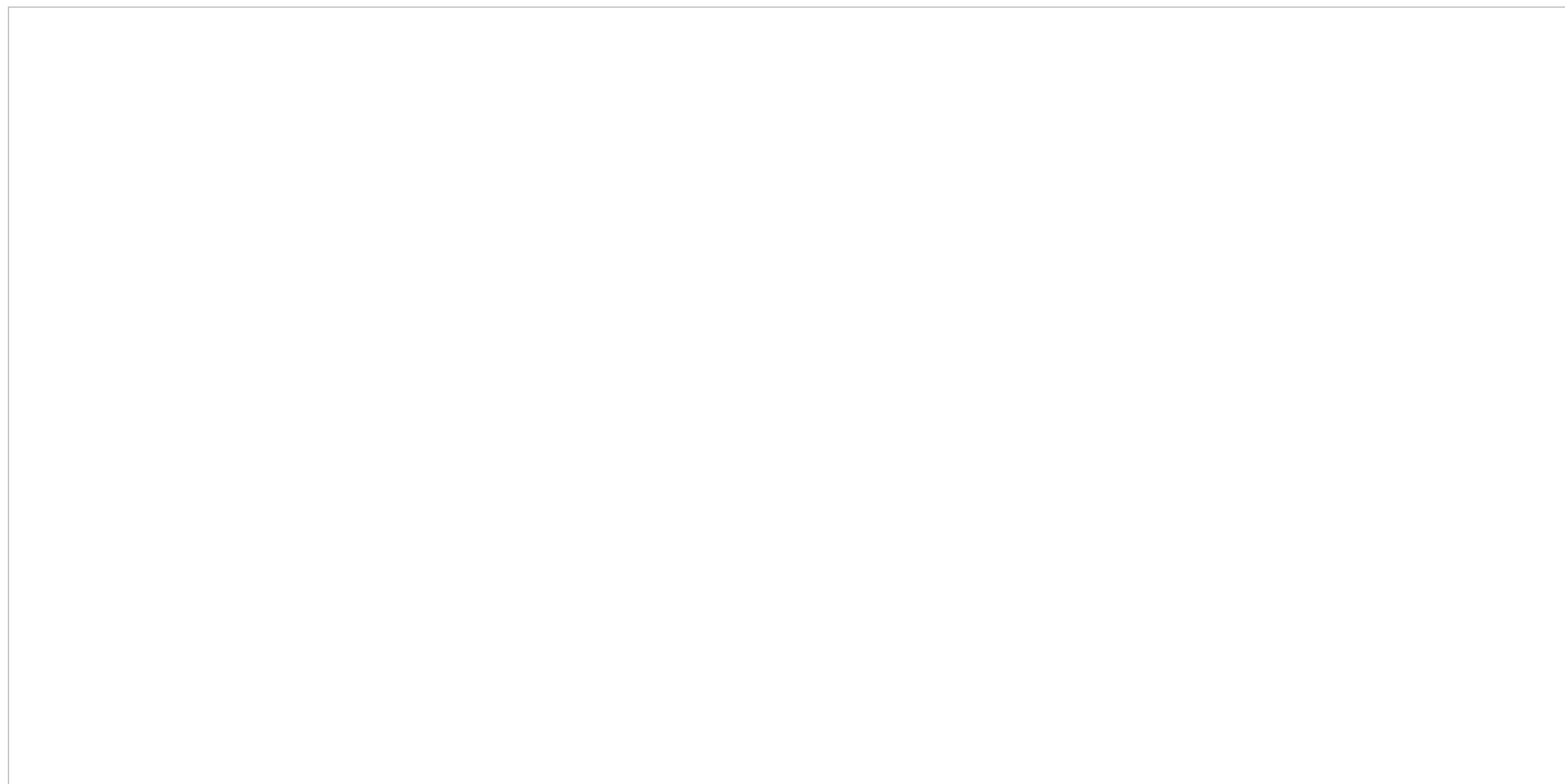


## Boulettes de thon au Brugge D'Or



Ingredienten:

Pour les boulettes :

- 150 g de Brugge D'Or râpé
- 400 g de thon frais
- Beurre Nazareth
- 50 g de pignons de pin
- Sel et poivre
- 2 brins de persil plat
- 2 brins d'origan
- 100 g de panko
- 3 œufs
- Le jus d'1 citron
- Le zeste d'1/2 citron

Pour la sauce :

- 1 gros oignon
- 2 échalotes
- 2 branches d'origan
- 2 brins de persil plat
- 1 boîte de tomates concassées de 400 g
- 100 ml de vinaigre de vin rouge
- 100 g de beurre Nazareth

Préparation:

- Faites revenir brièvement le thon dans du beurre avec du sel et du poivre.
- Faites rôtir les pignons de pin dans du beurre pour les dorer.
- Placez dans un mixeur, le thon, l'origan et le persil ciselés, le panko, le fromage, les œufs, le jus de citron et les zestes. Mixez jusqu'à obtenir un mélange homogène, puis seulement mélangez-y les pignons de pin et assaisonnez au besoin.
- Formez des boulettes de 3 à 4 cm en humidifiant préalablement vos mains.

- Placez ces boulettes pendant 1 heure au réfrigérateur et cuisez-les ensuite dans du beurre dans une poêle antiadhésive jusqu'à obtenir un aspect croustillant.
- Hachez finement l'échalote et l'oignon et faites-les revenir dans 50 g de beurre. Ajoutez ensuite les tomates concassées, l'origan et le persil ciselés, et le vinaigre de vin. Laissez mijoter pendant 20 minutes.
- Mixez ensuite finement, rectifiez l'assaisonnement. Ajoutez 50 g de beurre et mélangez.
- Servez les boulettes avec de la sauce et des frites.

4 personen  
45 min  
Plat principal  
1.5

---

**Source:** <https://www.bruggefromage.be/recettes/boulettes-de-thon-au-brugge-dor>