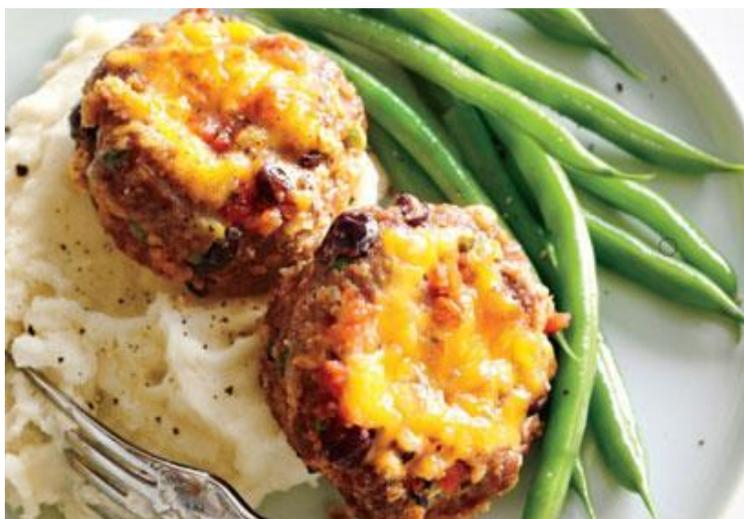


Petits pains de viande classiques



- 2 œufs battus
- 1 tasse (250ml) de Ketchup
- 1 tasse (250ml) de Chapelure nature
- 1 sachet de mélange pour soupe à l'oignon 38g
- ¼ c. à thé (1ml) de poivre
- 6 gousses d'ail hachées finement
- 2lbs (1kg) de viande hachée maigre
- 2.c à table (30ml) de cassonade
- 1 c. à thé (5ml) de moutarde en poudre

1. Dans un grand bol, à l'aide d'un fouet, mélanger les œufs et la moitié du ketchup. Ajouter la chapelure, le mélange pour soupe à l'oignon, le poivre, l'ail et la viande hachée. Bien mélanger avec les mains. Façonner la préparation en 8 pains de 4po (10 cm) de longueur. Déposer les pains dans un plat allant au four tapissé de papier d'aluminium.
2. Cuire au four préchauffé à 350 F (180 C) pendant environ 20 minutes ou jusqu'à ce que les pains de viandes aient perdu leur teinte rosée à l'intérieur. Laisser reposer pendant 10 minutes.
3. Entre-temps, dans une petite casserole, mélanger le reste du ketchup, la cassonade et la moutarde en poudre. Chauffer à feu moyen-doux, en brassant, jusqu'à ce que la cassonade soit dissoute. Étendre le mélange de ketchup sur les pains de viande chauds.

Ils se conserveront jusqu'à 3 jours au réfrigérateur, dans un contenant hermétique, ou jusqu'à 3 mois au congélateur.

Donne 8 portion / Préparation 20 minutes / Cuisson 20 minutes