

## Recette Fricadelles

### Composition :

- 1 kg de haché Nature
- 2 œufs
- 100 gr de chapelure biscotte
- 10 cl de lait
- 60 gr de **FRICO**

### Préparation :

Passer les viandes à la fine plaque 2 fois ou cutterer les.

Ajouter les œufs, la chapelure, le lait et le **FRICO**.

Faire des boudins de + ou - 120 gr.

Cuire au four vapeur à 75°, jusqu'à 68° à cœur.

### Info :

Pour la version aux herbes, ajouter 20 gr de **VERDURO**.

