

Casserole de boeuf aux tomates

Cocotte micro-ondes ovale ou grand Clap-È-sert

2 c. à soupe de beurre
1 petit oignon, finement haché
2 gousses d'ail, écrasées et hachées
½ lb de champignons frais
1 c. à soupe de ciboulette hachée
½ c. à thé chili en poudre
1 ½ lb boeuf haché
1 ½ bte sauce aux tomates chaude
¼ tasse crème sure
sel et poivre

Mettre beurre, oignon, ail, champignons, ciboulette et chili dans la micro-cocotte. Couvrir et faire cuire 4 minutes. Bien assaisonner et incorporer la viande; couvrir et continuer la cuisson 3 minutes. Incorporer la sauce aux tomates couvrir et cuire 3 minutes. Retirer du four à micro-ondes. Incorporer la crème sure. Servir sur des nouilles.
