

## **Croquettes Turinoises**

8 oz de bœuf haché maigre  
2 c. à thé de fromage parmesan  
½ tasse de champignons frais tranchés  
3 c. à thé de pâte de tomates  
1 c. à thé de moutarde de Dijon  
1 c. à thé d'huile de maïs  
¼ tasse d'eau  
1 c. à thé de basilic  
1 c. à thé de persil  
poivre au goût

Diviser la viande en 4 croquettes d'égale grosseur et y incorporer 1 c. à thé de fromage parmesan et poivrer abondamment. Déposer les champignons et les croquettes dans la micro-cocotte munie de la grille de cuisson. Cuire 5 minutes à medium-high (7) sans couvercle et mettre les croquettes en attente. Dans un plat, déposer la pâte de tomates, la moutarde, l'huile de maïs, l'eau, le basilic, le persil et le reste du fromage parmesan et poivrer. Couvrir et cuire 2 minutes à high. Verser la sauce sur les croquettes chaudes et les champignons et servir accompagné de légumes tels que brocoli, chou de Bruxelles, chou-fleur, etc.

---