

Tomates farcies

PRISCA MORJON



Préparation

10 min

Cuisson

20 min

Personnes

4

Ingrédients

Pour les boulettes
5 grosses tomates Martinique
4 merguez
100g de bœuf haché assaisonné
150g de riz basmati
4 cuillères à soupe de bouquet garni haché
3 gousses d'ail écrasées
1 cuillère à soupe

Environ **2,75€** 
PAR PERSONNE

Préparation

Assaisonner la chair de bœuf avec une partie du bouquet garni haché.
Laver et couper la tomate au niveau de la partie supérieure. Vider la tomate de sa chair et couper la chair en morceaux.
Prélever la face des merguez.
La faire revenir avec le bœuf haché assaisonné et un filet d'huile d'olive.
Ajouter le reste du bouquet garni, l'ail et le piment végétarien. Saler et poivrer.
Faire revenir et cuire 5 minutes.
Récupérer la préparation sans le jus de cuisson.
Ajouter 150ml d'eau au reste du jus de cuisson et laisser mijoter 5 minutes.
Garnir les tomates de la farce à la viande puis remettre le chapeau de la tomate.
Disposer le riz dans un plat allant au four.
Déposer les tomates par-dessus et arroser du jus de cuisson et d'un filet d'huile d'olive.
Enfourner 20 minutes 180°C.

Bonne dégustation !