

TOMATES FARCIES

Octobre 2016 (Révisé en février 2020)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 8 tomates rondes moyennes
- ★ 500 g de chair à saucisses
- ★ 250 g de steak haché à 15 % de matières grasses
- ★ 20 g de beurre
- ★ 2 œufs
- ★ 3 tranches de pain de mie
- ★ 2 oignons paille
- ★ 6 brins de persil
- ★ 1 pincée de piment fort en poudre
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Hachoir, Poêle antiadhésive, Saladier, Plat à four, cuillère parisienne, jatte, Passoire, Pique-olives

Préparation : 30 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 70 mn

Difficulté : Moyenne

Coût (indicatif) : 8,75 € (soit 2,19 € par personne)



Recette :

Au-dessus d'une grande poêle antiadhésive, émietter la chair à saucisse et le steak haché. Chauffer à feu moyen en remuant souvent. Laisser suer jusqu'à ce que la viande ait perdu sa couleur rouge (environ une dizaine de minutes). Égoutter dans une passoire pour éliminer le gras et laisser refroidir. Laver les tomates, les essuyer, couper une tranche du côté opposé au pédoncule pour faire le chapeau et vider les tomates de leur pulpe sans percer le fond à l'aide d'une cuillère parisienne. Réserver la pulpe dans une jatte et saler l'intérieur des tomates.

Préchauffer le four à 200°C (Thermostat 6/7). Peler et hacher les oignons. Équeuter et couper grossièrement le persil. Couper les tranches de pain de mie en petits morceaux. Mélanger tous les ingrédients dans un saladier : viande, oignons, persil et pain de mie et les passer au hachoir, grille moyenne. Mettre le hachis dans un saladier, casser et ajouter les œufs un par un en malaxant avec une fourchette. Saler et poivrer largement, ajouter le piment et bien homogénéiser le tout. Vider l'eau rendue par les tomates, les farcir largement en tassant la chair. Mettre le chapeau et le maintenir avec un pique-olive.

Déposer le beurre coupé en dés sur le fond d'un plat à four, répartir les tomates farcies, disposer autour la pulpe des tomates, saler, poivrer et enfourner pour 60 minutes, en vérifiant régulièrement que les tomates n'attachent pas (sinon rajouter un peu d'eau chaude).

Servir avec un riz blanc, de la purée ou des macaronis.

Boisson :

Un Fleurie ou un Graves rouge servi à 15°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.