



Les plats principaux

Tomates farcies à l'orzo et au pesto

Pour 4 personnes.

Ingrédients

150 grammes d' épinards (haché gros)
1 bouquet de basilic
8 tomates (grosses)
1 gousse d'ail
150 grammes de mozzarella (râpée)
30 grammes de pignons de pin
40 grammes de parmesan
200 grammes d'orzo
1/2 citron (le jus)
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Cuisez l'orzo dans de l'eau légèrement salée. Mettez dans un mixeur le basilic, l'ail épluché, les pignons de pin, le parmesan, le jus de citron et un filet d'huile d'olive puis mixez pour obtenir un pesto lisse. Salez et poivrez.

Préchauffez le four à 200°C. Coupez les chapeaux des tomates et évidez les tomates prudemment. Coupez les chapeaux en dés. Égouttez l'orzo, incorporez-y les dés de tomate, le pesto, $\frac{3}{4}$ de la mozzarella et l'épinard puis salez et poivrez.

Farctissez les tomates avec le mélange d'orzo puis disposez-les dans un plat à four. Saupoudrez dessus le reste du fromage, aspergez d'huile d'olive et enfournez 20 minutes. Servez immédiatement.

Ustensiles de cuisine

Mixeur
Four

