



Plats d'accompagnement

Cœur de Boeuf farcies

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 tomates (cœur de boeuf)
2 échalotes (finement hachées)
2 gousses d'ail (écrasées)
10 feuilles de basilic (finement ciselées)
60 grammes de parmesan (râpé)
400 grammes viande hachée
2 œufs
1 cuillère à café de poivre de cayenne
1 cuillère à soupe d' épices italiennes
120 grammes de pesto
2 cuillères à soupe de pignons de pin (rôtis)
salade
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Préchauffez le four à 200°C. Coupez le chapeau des tomates et videz-les avec une petite cuillère.

Mélangez le haché avec les échalotes, les œufs, les pignons de pin, l'ail, le basilic, le fromage et les fines herbes. Assaisonnez avec poivre de Cayenne, poivre et sel.

Farctissez les tomates avec le mélange de haché et disposez-les dans un plat à four enduit d'huile d'olive. Mettez les tomates 30 minutes au four sans chapeau. Mettez ensuite les petits chapeaux pour les 10 dernières minutes.

Servez les tomates avec un peu de pesto et la salade verte. Ajoutez éventuellement encore un peu de couscous.

Ustensiles de cuisine

Four

