

Tomates farcies à la viande hachée de Natura-Beef

Pour 4 personnes

Ingrédients

400 g	de viande hachée
4 grandes	tomates charnues
	sel
1	oignon
1 gousse	d'ail
1 bouquet	de persil
1 cs	de beurre à rôtir
	mélange d'épices pour viande
1	œuf
2 cs	de chapelure
50 g	de fromage râpé (sbrinz ou parmesan)
50 g	de beurre en flocons

Préparation

- Découper le haut des tomates et réserver les « chapeaux ». À l'aide d'une cuillère à café, évider les tomates et les mettre dans un plat à gratin beurré (résistant à la cuisson), saler légèrement. Couper la chair des tomates en petits dés.
- Hacher finement l'oignon, l'ail et le persil.
- Faire revenir la viande hachée dans le beurre à rôtir chaud, assaisonner.
- Ajouter les dés de tomates, l'oignon, l'ail et le persil, faire revenir, rectifier l'assaisonnement et laisser mijoter 3 minutes.
- Ajouter l'œuf battu et la chapelure à la préparation et bien mélanger.
- Farcir les tomates évidées avec la préparation, tasser légèrement et parsemer de fromage et de beurre. Poser le « chapeau » sur les tomates.
- Gratiner environ 20 minutes dans le four préchauffé à 180° C.



(Photo : www.ninamattli.ch)

Accompagnement

Servir avec du riz pilaf ou du risotto.

Remarque

Il est possible de remplacer les tomates par des courgettes, des choux-raves ou des oignons.

Livre de cuisine « Kathrins Natura-Beef Fleischküche »

Cette recette se trouve à la page 68 du livre de cuisine « Kathrins Natura-Beef Fleischküche » (Les pièces de viande Natura Beef de Kathrin ; en allemand). Paysanne bio et gagnante de la cinquième saison du pendant suisse alémanique de l'émission « Dîner à la ferme », Kathrin Sprecher est connue pour son art culinaire. Elle a créé un recueil de 54 recettes à base de Natura-Beef dans la série « Landfrauen kochen » (Les paysannes cuisinent). À côté des recettes, l'ouvrage donne de nombreux conseils et informations sur la viande et l'élevage allaitant. Il peut être commandé dans le shop de notre site internet (en allemand seulement).