

TOMATES FARCIES AUX COURGETTES

*6 tomates
2 petites courgettes râpées
3 oignons nouveaux avec les tiges
1 bouquet de ciboulette
1 gousse d'ail pilée
4 biscottes réhydratées puis essorées
sel-poivre
huile d'olive*

Couper les chapeaux des tomates, évider leur chair et les retourner sur une assiette.

Placer la chair dans le robot ménager, ainsi que les courgettes râpées, l'ail, les oignons, les biscottes, du sel et du poivre. Mixer-le tout finement. Ajouter la ciboulette ciselée à la farce et rectifier l'assaisonnement.

Remplir les tomates de cette farce, les placer dans un plat à four et les cuire une demi-heure à 200°, arrosées d'un filet d'huile d'olive. Du riz et une sauce tomate accompagneront délicieusement ce plat.