

Tomates soufflées à la genevoise

Préparation : 15 min - Cuisson : 20 min

Ingrédients (4 pers.)

1.2 kg de tomates Coeur de boeuf
250 ml de lait écrémé
3 oeufs entiers
100 g de viande de bœuf hachée
100 g de gruyère râpé
30 g de farine
Persil plat ciselé
Ciboulette ciselée
Sel
Poivre noir

Préparation

Préchauffer le four à 200° C.

Couper les tomates en deux, les vider et les retourner sur une assiette.

Mélanger la farine et le lait, saler et poivrer. Ajouter le fromage râpé, les jaunes d'oeufs (en réservant les blancs), la viande hachée crue, le persil et la ciboulette. Bien mélanger et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Monter les blancs en neige et les incorporer délicatement à la masse.

Disposer les tomates dans un plat allant au four et les garnir avec le soufflé. Enfourner 15 à 20 minutes pour obtenir une jolie teinte dorée.

Remarque

Ce plat très coloré peut être accompagné d'un farineux ou d'une salade verte.

