



RECETTE ÉQUILIBRE DU MOIS D'AOÛT

TOMATES FARCIES À LA TRUITE FUMÉE ET AU FROMAGE FRAIS

INGRÉDIENTS

POUR 4 PERSONNES

- 4 tomates Rose de Berne
- 100g de fromage frais, type Philadelphia
- 2 filets de truite fumée (d'env. 100g chacun)
- 1 grosse échalote
- 3 brins d'aneth
- 1 c à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre

PRÉPARATION

Laver les tomates, couper leur chapeau, les évider avec une petite cuillère et réserver.

Eplucher et ciseler l'échalote.

Laver l'aneth et ciseler les brins.

Couper les filets de truite en petit dés.

Dans un bol, écraser le fromage frais avec une fourchette.

Ajouter les dés de truite, l'échalote, l'aneth et l'huile d'olive.

Assaisonner et mélanger.

Farcir les tomates avec ce mélange puis les couvrir avec leur chapeau.

Servir immédiatement et accompagner de pommes de terre au four, de pain croustillant ou encore d'un velouté froid aux pois chiches.

Retrouvez toutes nos recettes sur:
www.eldora.ch/recettes