

Tomates cocotte sauce estragon & chips de légumes

Recette pour 4 pers.



Tomates cocotte sauce estragon

Ingrédients

- 4 grosses tomates
- 4 à 8 œufs
- Crème fraîche
- 2 à 4 échalotes
- Pain
- Huile d'olive
- Bouillon de légumes
- Estragon, basilic
- Sel, poivre, paprika

Préparation

- Ouvrir le dessus des tomates et vider leur contenu, puis les laisser s'égoutter
- Pour la farce, mélanger la crème avec l'échalote, l'estragon, le paprika, le sel, le poivre, puis garnir chaque tomate d'une bonne cuillère
- Ajouter 1 à 2 œufs par tomate et à nouveau un peu de farce
- Recouvrir de chapelure, préparée à base de reste de pain cuit au four et haché
- Enfourner à 170°C pendant 15 à 20 min
- Pour la sauce, faire rissoler l'huile d'olive, l'échalote, les chapeaux et cœurs de tomate, le bouillon de légumes, puis ajouter l'estragon, le basilic, le sel et le poivre, et mixer le tout

Chips de légumes

Ingrédients

- 8 carottes
- 8 panais
- Sel, paprika

Préparation

- Laver entièrement les légumes puis les éplucher à l'aide d'un économe
- Pour une cuisson en friteuse, plonger les épluchures dans l'huile chaude pendant 1 à 2 min
- Pour une cuisson au four, les enfourner à 180°C pendant 10 à 15 min
- Ajouter le sel et le paprika
- Cuisiner le restant de légumes en potage, purée ou tout autre plat gourmand !



La
recette
en vidéo



Mont
Saint
Aignan