

# FICHE RECETTE 30 : TOMATES FARCIES AU CARRE FRAIS

| DENREES                   | QUANTITES |           |  |
|---------------------------|-----------|-----------|--|
|                           | unités    | 5<br>Pers |  |
| Tomate                    | Pièce     | 5         |  |
| Carré frais de fromage    | Pièce     | 8         |  |
| Gousse d'ail              | Pièce     | 1/3       |  |
| Ciboulette<br>déshydratée | Pincée    | 2         |  |
| Crème fraîche             | c à s     | 2         |  |
| Moutarde                  | cc        | 1         |  |
| Sel                       |           |           |  |

| MODE OPERATOIRE   | TECH.   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peler l'ail puis le laver.</li> <li>- Laver les tomates.</li> <li>- Evacuer les déchets.</li> <li>- Couper le chapeau des tomates ( la partie du haut de la tomate ) et le garder .</li> <li>- Creuser <b>délicatement</b> les tomates avec le couteau en enlevant la chair et <b>sans casser</b> la tomate.</li> <li>- Hacher l'ail et le mélanger avec la ciboulette.</li> <li>- Mélanger les carrés frais avec la moutarde, la crème fraîche et le mélange ail-ciboulette.</li> <li>- Saler légèrement.</li> <li>- Remplir les tomates de cette préparation, remettre les "chapeaux" sur les tomates ( pour décorer) et réserver au frais pendant au moins 2 heures.</li> <li>- Dresser au centre d'une barquette un"lit" de salade de riz puis déposer au-dessus la tomate.</li> </ul> | <p><b>Lavage des légumes</b></p> <p><b>Epluchage des légumes</b></p> <p><b>Taillage des légumes</b></p> <p><b>Assemblage</b></p> <p><b>Dressage</b></p> |

| MATERIEL  |  |
|---|--|
| Bac à débarrasser<br>Econome<br>Couteau d'office<br>Planche à découper<br>Bols<br>Calotes |  |
| DRESSAGE  |  |
| 6 barquettes : 1 tomate par barquette   |  |