

Tomates farcies au poulet



Tomates farcies au poulet

La façon la plus traditionnelle pour la préparation des tomates farcies c'est de les préparer avec de la chair à saucisses .Pour cette recette les tomates seront farcies avec du poulet et du riz . je n'ai pas tenté cette recette au cookeo. Quelqu'un essaiera t-il ?

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de poulet

4 tomates

100 g d'oignons congelés

100 g de riz

Sel

Poivre

Huile d'olive

1 petit verre de vin blanc

Préparation

Coupez le poulet en morceaux .

Coupez la tête des tomates pour faire des chapeaux .Evidez les tomates et conservez la chair .

Préchauffez le four à 180°.

Hachez les morceaux d'escalopes de poulet avec un robot .

Ajoutez l'oignon et la chair de tomates évidées. Hachez l'ensemble .

Ajoutez un peu d'huile d'olive et un verre de vin blanc.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Ajoutez le riz à l'ensemble de la préparation et mélangez.

Garnissez les tomates farcies. Remettez les chapeaux sur les tomates garnies .

Enfournez pour 45 mn à 180°.

Servez chaud.