

Tomates farcies aux fruits de mer

PAR SOPHIE MENUT-YOVANOVITCH PUBLIÉ LE 28/08/2024 À 16:04



Si vous aimez les légumes farcis, vous allez adorer cette recette ! Pour changer de la version traditionnelle, les tomates sont ici garnies avec du riz et des fruits de mer. Un plat coloré, qui vous fera voyager au bord de la Méditerranée !

INFOS PRATIQUES

- Nombre de personnes : 6
- Temps de préparation : 20 minutes
- Temps de cuisson : 40 minutes
- Degré de difficulté : Facile
- Coût : Abordable

LES INGRÉDIENTS DE LA RECETTE

- ½ litre de moules
- 200 g de calamars évidés
- 100 g de riz rond
- 6 grosses tomates cœur-de-bœuf
- 3 échalotes
- 1 gousse d'ail
- 2 brins de persil
- 30 g de beurre
- 25 cl de vin blanc
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de filaments de safran
- 1 pincée de curcuma en poudre
- Sel
- Poivre

LA PRÉPARATION DE LA RECETTE

1. Coupez le chapeau des tomates et évidez-les. Conservez leur chair.
2. Hachez les échalotes. Faites-les revenir dans une cocotte avec le beurre. Au bout de 5 minutes, ajoutez les moules, le persil haché et le vin blanc.
3. Retirez-les au fur et à mesure qu'elles s'ouvrent. Filtrez le jus de cuisson et décoquillez les moules.
4. Hachez l'ail. Faites-le revenir dans 2 cuillères à soupe d'huile et ajoutez les calamars coupés en petits morceaux. Faites sauter à feu vif 5 minutes.
5. Faites chauffer l'huile restante dans une casserole et ajoutez le riz.
6. Remuez bien, attendez 2 minutes et versez le jus de cuisson des moules et des calamars, le safran et le curcuma. Salez, poivrez. Laissez cuire "al dente" 10 minutes.
7. Hachez la chair conservée des tomates et ajoutez-la dans le riz avec les moules et les calamars.
8. Préchauffez le four à 180°C. **Garnissez les tomates** avec le riz. Posez-les dans un plat à gratin et enfournez pour 20 à 30 minutes.

QUE BOIRE AVEC ?

Couleur du vin : rosé

Appellation : Un Sancerre rosé, Fournier Père & Fils Les belles vignes 2023,
17,75€

CONSEILS

N'hésitez pas à mettre d'autres fruits de mer que ceux proposés, comme des crevettes ou des palourdes.

<https://www.marieclaire.fr/cuisine/tomates-farcies-aux-fruits-de-mer,1480411.asp>