

TOMATES FARCIES A LA VACHE QUI RIT

Préparation: 4 mn

Cuisson: 25 mn

4 personnes:

4 grosses tomates grappes

150 g de riz basmati

6 portions de La vache qui rit légère

1 oignon

1 yaourt

1 cuillère à soupe de persil haché

1 cuillère à soupe de coriandre haché

1 cuillère à soupe d'estragon haché

1 cuillère à soupe de menthe

1. de l'eau

sel, poivre

1. Lavez et coupez les chapeaux de 4 tomates grappes. Evidez-les des pépins et du jus. Salez et poivrez l'intérieur.

2. Epluchez et coupez en petits dés un oignon. Faites-le cuire 1 min avec 1 cs d'huile d'olive, ajoutez le riz basmati et la même quantité en eau. Salez et faites cuire dans une casserole

adaptée ou au cuiseur de riz vous pouvez suivre les instructions sur l'emballage.

3. Ajoutez en fin de cuisson 6 portions de La vache qui rit, 1 yaourt, 1 cuillère à soupe de persil haché, 1 cuillère à soupe de coriandre haché, 1 cuillère à soupe d'estragon haché et 1 cuillère à soupe de menthe.

4. Farcissez les tomates de riz et refermez, faites cuire au four Th.7 (200°C) pendant 15 min.