

[**Tomates farcies végétariennes**](http://croquantfondantgourmand.com/?s=petit+lexique+des)

 **Pour 4 tomates**

**- 4 belles** [**tomates**](https://recettes.de/tomates) **mûres mais fermes**
**- 2 échalotes**
**- 1 gousse d'ail**
**- 100 g de** [**riz**](https://recettes.de/riz)
**- quelques tiges de** [**basilic**](https://recettes.de/basilic)
**- quelques tiges de** [**persil**](https://recettes.de/persil)
**- 60 g de** [**fromage blanc**](https://recettes.de/fromage-blanc) **(**[**faisselle**](https://recettes.de/faisselle) **pour moi)**
**- 40 g de** [**parmesan**](https://recettes.de/parmesan)
**- 20 g de** [**pignons de pin**](https://recettes.de/pignons-de-pin)
**- huile d'olive**
**- sel & poivre du moulin**

**1 petit plat à four légèrement huilé**
**Préchauffage du four à 190°C** 

Laver les tomates, couper un chapeau et les creuser en recueillant la chair.
Saler l'intérieur des tomates et les retourner pour les laisser s'égoutter.
Hacher finement la chair recueillie.
Faire cuire le riz, le temps indiqué sur le paquet.
Le rafraichir et le laisser égoutter et refroidir.
Éplucher et émincer finement les échalotes et l'ail.
Faire [**suer**](http://croquantfondantgourmand.com/?s=petit+lexique+des) les échalotes sans coloration dans un filet d'huile.
Ajouter le hachis de tomate et l'ail et laisser "compoter" doucement
jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau de végétation, saler légèrement.
Mélanger la préparation avec le riz et les herbes.
Ajouter le fromage blanc et le parmesan. Saler et poivrer.
Incorporer enfin les pignons de pin et bien mélanger.
Répartir la farce dans les tomates et s'il en reste l'étaler au fond du plat.
Ranger les tomates et les "chapeauter".
Glisser dans le four pendant environ 30 minutes.
Servir chaud ou tiède.