



LES JARDINS DU GIESSEN



TOMATES

TABOULÉ LIBANAIS

Ingrédients :

- 1 grosse botte de persil plat
- 1 oignon (blanc de préférence)
- 1 gousse d'ail
- 1 ou 2 tomates
- ½ Demi-verre de boulgour (gros ou fin) ou à défaut de la semoule de couscous
- 3 ou 4 feuilles de menthe fraîche
- sel, poivre
- 1 citron, huile d'olive.

Boulgour gros :

Le rincer et le mettre à cuire dans 2 volumes d'eau. Laisser gonfler. Ne saler qu'à la fin de la cuisson.

Boulgour fin ou semoule de couscous :

Rincer et mettre directement dans le saladier.

Presser le citron et mettre son jus dans le saladier avec le boulgour ou la semoule.

Couper les tomates en petits dés et les ajouter dans le saladier.

Hacher finement l'oignon. Ecraser l'ail. Ajouter le tout dans le plat.

Laver et couper finement le persil plat débarrassé de ses tiges.

Découper en fines lamelles la menthe fraîche.

Mélanger le tout.

Saler, poivrer. Ajouter l'huile d'olive.

Rectifier l'assaisonnement en fonction de votre goût.

Mettre au réfrigérateur jusqu'au moment de consommer.

Le taboulé se mange de préférence bien froid.

TOMATES À LA PROVENÇALE

Ingrédients :

- 8 à 10 tomates bien rouges
- huile d'olive, ail, persil,
- chapelure, sel, poivre
- origan ou marjolaine

Couper les tomates en 2. Enlever les graines. Saler l'intérieur et les placer dans un plat légèrement huilé qui ira au four.

Ajouter sur chaque moitié de tomates : un hachis d'ail, persil, sel, poivre, une pincée de marjolaine ou origan.

Parsemez ensuite de chapelure. Ajouter quelques gouttes d'huile sur le dessus des tomates.

Mettre un tout petit peu d'eau au fond du plat et enfourner à thermostat 7 (210°C) environ 30 mn.

Servir chaud, tiède ou froid. Accompagne riz ou viande.

GASPACHO À LA PASTÈQUE

Recette de Madame Charline FONTAINE

Ingrédients pour environ 1l :

- 1/4 de pastèque
- 1/2 poivron rouge
- 1/2 oignon
- 2 tomates
- 1 petit verre de jus de tomate
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de sel et de poivre

Laver et épépiner la pastèque, les tomates et le poivron et couper leur chair en dés

Mixer le tout avec l'oignon, l'huile d'olive et le jus de tomate.

Assaisonner et mettez au moins une heure au frais.

Remplir des verrines et décorer avec une tranche de pastèque sur le bord du verre.



LES JARDINS DU GIESSEN



TOMATES

OMELETTE AUX TOMATES

- Ingrédients :
- 8 œufs
 - 2 oignons
 - 3 à 5 tomates
 - 10 cl de crème fraîche liquide
 - ciboulette, persil
 - huile d'olive, sel, poivre

Couper les oignons finement et les faire revenir dans l'huile d'olive avec un peu de sel. Couper les tomates en dés et les ajouter aux oignons.

Laisser cuire une dizaine de minutes

Pendant ce temps, battre les œufs et ajouter la crème fraîche, saler et poivrer. Verser les œufs dans la poêle et réduire le feu au minimum.

Couper de la ciboulette fraîche et du persil et parsemez en l'omelette.

Couvrir avec un couvercle et laisser cuire quelques minutes.

Servez avec du pain bien frais ou avec des pommes de terre sautées et de la salade verte.

CAKE (FAÇON LASAGNES) TOMATE ET DINDE

- Ingrédients :
- 1 grosse tomate
 - 4 tranches de blanc de dinde fumées
 - 100 g de farine
 - 3 œufs
 - 4 cl huile, 12 cl de lait
 - 1 paquet levure
 - 1 noisette de beurre, du cantal

Préchauffer le four à 180°C (th 6).

Mélanger la farine, la levure et les 3 œufs dans un saladier, à l'aide d'un fouet. Ajouter le lait puis l'huile en mélangeant jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Incorporer des cubes de cantal (plus ou moins en fonction des goûts). Verser 1/3 de la préparation dans un moule à cakes préalablement beurré.

Déposer délicatement les tranches de dinde à la surface en les superposant comme pour un millefeuille ou pour des lasagnes. Verser le reste de la préparation au-dessus des tranches de dinde.

Déposer des dés de tomate et des copeaux de cantal à la surface du cake. Enfourner une quinzaine de minutes. Vérifier la cuisson à l'aide d'un couteau.

Laissez refroidir votre cake et servez-le frais, en entrée ou même lors d'un pique-nique.



LES JARDINS DU GIESSEN



TOMATES

MA RATATOUILLE n° 01

Ingrédients :

- 2 aubergines
- 6 courgettes, 6 tomates
- 1 poivron
- 1 oignon
- 1 branche de thym
- 1/2 verre d'huile d'olives
- sel, poivre
- 3 ou 4 tranches de pain de mie
- 1/2 verre de lait
- 2 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe de persil
- des olives noires

Peler les tomates.

Laver et couper séparément tous les légumes en gros dés.

Faire revenir les aubergines dans l'huile d'olives jusqu'à ce qu'elles prennent couleur. Ajouter ensuite les courgettes, 5 minutes après les poivrons, les tomates, l'oignon.

Saler, poivrer, ajouter la branche de thym. Laisser mijoter 15 à 20 mn.

Mon secret :

Dans un bol, faire tremper le pain de mie dans le lait. Quand il est bien détremper, le presser et jeter l'excédent de lait. Ajouter l'ail écrasé et le persil. Saler.

Ajouter cette farce à la ratatouille 5 min avant la fin de la cuisson.

PIZZA À LA RATATOUILLE

Ingrédients :

- 350 g de farine
- 2 cuillères à café de sel
- 1 sachet de levure boulangère
- 25 cl d'eau tiède
- farine pour travailler la pâte
- reste de ratatouille
- fromage râpé

Mettre la farine dans un grand saladier et y ajouter le sel, la levure et l'huile d'olive. Verser petit à petit l'eau tiède tout en mélangeant. Continuer longuement à mélanger jusqu'à ce que la pâte se détache du saladier.

Laisser reposer dans un endroit chaud pendant 1 h, en couvrant le saladier avec un torchon.

Déposer de la farine sur votre plan de travail. Prendre une bonne boule de pâte et la façonner à la dimension de votre plaque. Renouveler l'opération s'il vous reste de la pâte.

Garnir votre pâte avec le reste de ratatouille. Ajouter le fromage râpé et enfourner à 240 ° durant 15 minutes environ.

Petits trucs :

Ajouter aux ingrédients de base : 2 pincées d'origan et 3 cl de vin blanc sec.

Agrémenter votre pizza au grès de vos envies ou de vos restes dans le frigo.



LES JARDINS DU GIESSEN



TOMATES

TOMATES FARCIES AU MAIGRE

- Ingrédients :
- 8 belles tomates
 - 150 g de mie de pain
 - 4 cuillères de lait tiède
 - 4 œufs, sel, poivre
 - 4 cuillères de fines herbes
 - 1 gousse d'ail, 1 oignon
 - 1 noix de beurre
 - 4 cuillères de gruyère râpé
 - chapelure
 - 4 cuillères d'huile

Lavez les tomates, essuyez-les et coupez la calotte autour du pédoncule. Avec un petit couteau et une cuillère, creusez-les, retirez les pépins, pressez délicatement afin de retirer l'eau de végétation, et saupoudrez l'intérieur de sel fin.

D'autre part, trempez la mie de pain dans du lait tiède, retirez, essorez et mélangez avec les œufs entiers battus. Salez, poivrez, muscadez, ajoutez les fines herbes hachées, l'ail et l'oignon très finement hachés.

Reprenez les tomates, retournez-les afin de faire tomber l'eau rendue au contact du sel. Rangez-les côte à côte dans un plat à gratin beurré, garnissez-les avec la préparation en formant un dôme. Saupoudrez de fromage râpé et de chapelure, arrosez avec de l'huile. Faites cuire 20 minutes environ à four chaud. Servez dans le plat de cuisson.

TOMATES FARCIES MÉNAGÈRE

- Ingrédients :
- 8 tomates moyennes
 - 150 g de viande de veau
 - 150 g viande de porc maigre
 - 150 g viande de volaille
 - Sel, poivre, 1 noix de beurre
 - 4 cuillères de fines herbes
 - 2 cuillères de porto
 - 4 cuillères d'huile
 - 4 cuillères de persil haché

Préparez les tomates comme mes tomates farcies au maigre.

La farce est composée de viande de veau, de porc et de volaille que vous passez à la machine à hacher grille fine. Mélanger bien, salez, poivrez, ajoutez les fines herbes et mouillez avec le porto. Beurrez le plat à gratin, rangez les tomates côte à côte et garnissez-les avec la farce. Arrosez avec de l'huile, saupoudrez de persil et faites gratiner à four chaud.

Servez dans le plat de cuisson.



LES JARDINS DU GIESSEN



TOMATES

TOMATES FARCIES CHARCUTIÈRE

- Ingrédients :
- 8 belles tomates
 - 200 g de chair à saucisse
 - 150 g de mie de pain
 - 4 cuillères de lait
 - 3 œufs, sel, poivre, muscade
 - 4 cuillères de fines herbes hachées
 - 4 cuillères d'huile
 - chapelure, 1 noix de beurre

Préparez les tomates comme pour les tomates farcies au maigre.

La farce est composée de chair à saucisse finement hachée, mélangée avec la mie de pain trempée et essorée dans le lait et les œufs.

Rectifiez l'assaisonnement, ajoutez des fines herbes. Garnissez les tomates avec cette préparation.

Beurrez le plat à gratin, rangez les tomates côte à côte. Saupoudrez de chapelure, arrosez avec de l'huile et faites gratiner à four chaud 20 minutes.

Servez chaud dans le plat de cuisson.

TOMATES FARCIES PROVENÇALE

- Ingrédients :
- 4 grosses tomates
 - chapelure, 1 noix de beurre
 - sel, poivre
 - 200 g de mie de pain
 - 4 gousses d'ail
 - 4 cuillères de persil haché
 - 4 cuillères d'huile d'olive
 - 4 cuillères d'huile d'olive (pour arroser)

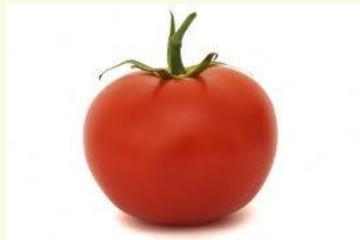
Coupez les tomates en deux dans le sens de l'épaisseur.

Beurrez un plat à gratin, disposez les tomates côte à côte. Salez, poivrez. Mélangez la mie de pain sèche avec l'ail ainsi que le persil, délayez avec l'huile d'olive. Nappez les tomates avec cette préparation. Arrosez avec l'huile d'olive, saupoudrez de chapelure et faites gratiner à four chaud une vingtaine de minutes.

Servez dans le plat de cuisson.



LES JARDINS DU GIESSEN



TOMATES

SALADE GRECQUE AUX HERBES AROMATIQUES

Recette de l'Agenda des Jardins de Cognac 2012

Ingrédients pour 4 à 6 personnes :

- 6 tomates
- 1 concombre
- 20 olives noires dénoyautées
- 1 pot de féta marinée aux herbes
- 1 oignon rouge
- ½ bouquet de persil
- ½ bouquet de menthe

Assaisonnement :

- 1 c. à c. de moutarde en grains
- 2 c. à s. de vinaigre de vin
- 4 c. à s. d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- sel, poivre du moulin

Lavez et coupez les tomates en cubes, puis mettez-les dans un saladier.

Égouttez la féta. Pelez le concombre et coupez-le en dés. Pelez et émincez l'oignon rouge. Ajoutez-les dans le saladier, ainsi que les olives noires et les dés de féta aux herbes.

Pelez et émincez l'ail. Lavez et ciselez les herbes.

Préparez l'assaisonnement. Versez-le dans le saladier et mélangez bien. Parsemez de persil et de menthe ciselés.

COULIS DE TOMATES

Recette transmise par Madame Jessica

Ingrédients :

- 750gr de tomates
- 1 carotte
- 30 gr de beurre
- 30 gr de farine
- 1 verre de bouillon (type Kub Or)
- Persil, thym, laurier, basilic, herbes de Provence, sel, poivre...selon le goût !

Couper les tomates en quartiers ; cuire 5 minutes puis les passer au tamis. Mixer grossièrement les tomates en purée et réserver le jus.

Faire un roux (comme pour débiter la sauce béchamel) avec le beurre et la farine puis le mouiller progressivement avec le jus de tomates (suivant ce que rendent les tomates comme jus, il n'est pas nécessaire de tout mettre). Au fur et à mesure, allonger le roux avec le bouillon et enfin la purée de tomates.

Couper la carotte en petits dés et l'ajouter à la préparation. Assaisonner selon le goût et laisser mijoter 30 minutes à feu doux en remuant régulièrement. Lorsque le roux a pris et que la sauce tomate s'est épaissie, c'est prêt à déguster.

À la place de la carotte, il est possible d'ajouter des dés de courgette.



LES JARDINS DU GIESSEN



TOMATES

TOMATES CONFITES

Recette de l'agenda 2011 des Jardins de Cocagne

Pour 6 pers.

Cuisson : 4 h.

Ingrédients :

- 12 tomates
- 3 gousses d'ail
- 4 c. à s. d'huile d'olive
- 2 c. à s. d'herbes de Provence
- sel et poivre
- papier sulfurisé

Allumez le four à 120° (th.4)

Lavez les tomates et coupez-les en deux horizontalement. Pelez et émincez les gousses d'ail.

Disposez une feuille de papier sulfurisé sur le fond d'une plaque à four.

Rangez les tomates sur la plaque, face coupée sur le dessus.

Déposez quelques gouttes d'huile d'olive sur chaque demi-tomate, ainsi qu'une pincée d'herbes de Provence et une pincée d'ail émincé. Salez et poivrez.

Enfournez pour 4 heures de cuisson. Surveillez la cuisson lors de la dernière heure : les tomates doivent se ratatiner sans brûler.

RATATOUILLE ET OEUFS BROUILLÉS

Recette de l'agenda 2011 des Jardins de Cocagne

Pour 6 pers.

Cuisson : 1 h.

Ingrédients :

- 6 tomates
- 4 courgettes
- 3 aubergines
- 2 poivrons
- 2 gros oignons
- 6 feuilles de basilic
- 4 c. à s. d'huile d'olive
- 12 œufs
- 20 g de beurre
- sel

Pelez et émincez les oignons. Faites-les revenir quelques minutes dans une grande cocotte, avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Lavez les autres légumes. Coupez les extrémités et jetez-les.

Videz les poivrons de leurs graines. Pelez les aubergines. Coupez l'ensemble en dés, ajoutez-les dans la cocotte et laissez cuire à feu moyen 20 minutes à couvert.

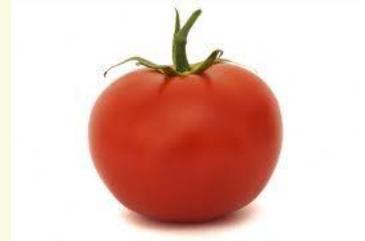
Pelez les courgettes en ôtant une peau sur deux et coupez-les en dés. Faites de même avec les tomates. Mélangez(les aux autres légumes dans la cocotte. Salez. Ajoutez 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive et poursuivez la cuisson 40 minutes, en remuant souvent.

Quand la ratatouille est prête, cassez les œufs dans un saladier. Faites fondre 20 g de beurre dans une grande poêle. Ajoutez les œufs et laissez cuire à feu doux, sans cesser de remuer, pendant 5 minutes.

Servez une part d'œufs brouillés et une part de ratatouille par assiette. Décorez de basilic.



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



TOMATES



TARTE À LA TOMATE

Recette transmise par Marie-Christine

Ingrédients :

Pour la pâte :

- 250 g de farine
- 100 ml d'huile
- 100 ml d'eau
- 1 c. à c. de sel
- ½ paquet de levure chimique

Pour la garniture :

- 2 à 3 c. à s. de moutarde
- 150 g de gruyère râpé
- 5 tomates
- origan, sel et poivre
- huile d'olive

Préparer et étaler la pâte. Mettre dans un plat à tarte et piquer le fond à la fourchette. Étaler la moutarde sur le fond. Recouvrir avec le gruyère.

Laver les tomates. Les couper en tranches épaisses et les déposer sur la tarte. Parsemer d'origan. Saler et poivrer. Arroser d'un filet d'huile d'olive. Faire cuire environ 35 mn au four à 210° (th.7). Sortir du four et attendre 5 à 10 mn avant de servir.

Variante : Ajouter des lardons.



Recette



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



TOMATES



Recette



Recette