



ENTRÉE

TOMATE FARCIE À LA PROVENÇALE

et Boursin® Cuisine

🕒 Préparation : 15 min - Cuisson : 20 min

€ Prix de revient unitaire HT par portion produite : 

INGRÉDIENTS

pour environ 100 adolescents ou 125 enfants en primaire

- 100 petites tomates
- 5,4 L de pois chiches appertisés
- 2 kg de **Boursin® Cuisine**
- 200 g d'huile d'olive
- Sel / poivre

PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Epépiner les tomates à la cuillère en otant le chapeau au préalable.
2. Mixer les pois chiches, le **Boursin® Cuisine**, les chapeaux de tomates et l'huile d'olive.
3. Rectifier l'assaisonnement
4. Les farcir de la préparation de pois chiches. Puis décorer avec une feuille de persil frisée.



Ration recommandée

Pour un enfant en primaire : 60 - 80 g/pers.
Pour un adolescent en collège / lycée : 80 - 110 g/pers.

Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Valeurs énergétiques : 272,88 kJ / 65,39 kcal - Matières grasses : 3,25 g dont acides gras saturés : 1,21 g - Glucides : 5,39 g dont sucres : 0,02 g - Protéines : 2,42 g - Sel : 0,23 g

