

Endives farcies à la viande



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 1 h

Ingrédients

- 4 endives
- 30 g de beurre
- 40 g de parmesan
- persil plat
- sel et poivre
- 1 boîte de tomates pelées
- 1 oignon
- 2 cs d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 feuille de laurier et du thym
- 400 g de steak haché
- 2 oeufs
- 50 g de mie de pain
- 10 cl de bouillon de volaille
- 1 pincée de muscade en poudre

Préparation

- 1 Préparez la sauce. Passez les tomates pelées et leur jus au mixer. Pelez l'oignon et l'ail et hachez-les. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et ajoutez ail et oignon. Faites blondir en remuant sans cesse 3 à 5 minutes. Ajoutez les tomates et 25 cl de bouillon, le thym et le laurier. Mélangez et dès l'ébullition, comptez 10 à 15 minutes de cuisson à feu modéré jusqu'à ce que la sauce épaississe.
- 2 Préparez les endives. Coupez-les en 2 dans le sens de la longueur, creusez le centre et hachez-le. Emiettez la mie de pain dans un saladier et ajoutez la viande, les endives hachées, les oeufs entiers battus, sel poivre et noix de muscade. Mélangez bien et passez rapidement à la poêle pendant 5 minutes avec 10 cl de bouillon.
- 3 Préchauffez le four à 210°C (th.7).
- 4 Dans un plat allant au four, prenez une demi-endive et garnissez son centre de la farce. Couvrez-la avec l'autre demi-endive et ainsi de suite pour le reste des endives. Versez la sauce tomate et parsemez avec des noisettes de beurre et du parmesan.
- 5 Enfournez pour 45 minutes environ, jusqu'à ce que les endives soient bien dorées.
- 6 Servez chaud parsemé de persil ciselé.

Proposé par



victoryne

je suis retraitée . j'aime cuisiner pour mes proches et amis. Des recettes simples, et d'autres adaptées pour diabétiques dont je fais partie. venez me faire un petit coucou sur mon blog Victorine en cuisine. A bientôt

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

