

## Tomates à la provençale



### Ingrédients (pour 4 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.12	Mélange de céréale et graine BIO en sac 2,5 kg VIVIEN PAILLE	0215614
6 PCE	Tomates	~
0.08	Chapelure	~
10 feuilles	Basilic	~
2 PCE	Gousses d'ail	~
1.5	Persil	~
1	Huile d'olive	~
PM	Sel	~
PM	Poivre	~

### Étapes de préparation

- 1 Préchauffez le four à 200°C
- 2 Cuire le Mélange Céréales et Graines BIO en suivant les indications du paquet
- 3 Coupez les tomates en deux
- 4 Dans un saladier, mélangez la chapelure, l'ail écrasé, et les herbes fraîches ciselées
- 5 Salez et poivrez
- 6 Ajoutez le Mélange Céréales et Graines BIO et mélangez à nouveau

- 7 Saisissez les tomates 2 minutes à la poêle sur feu vif
- 8 Placez-les dans un plat allant au four légèrement huilé et recouvrez-les du mélange réalisé précédemment
- 9 Arrosez d'un filet d'huile d'olive
- 10 Enfourner 12 minutes à 200°C
- 11 Servir chaud.