

PATISSONS FARCIS (thermomix Cookéo Cake Factory)



Ingrédients :

- 4 pâtissons
- 500 g viande de bœuf hachée ou de farce à légumes
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 10 g d'huile d'olive
- sel et poivre
- 1 boîte de tomate pelée au jus
- 1 c à c de cumin
- 1 c à c de curcuma
- 1 c à c de paprika
- quelques feuilles de basilic
- gruyère râpé
- 50 ml de vin blanc

Préparation :

- mettre 200 ml d'eau dans la cuve
- disposer 2 pâtissons lavés dans le panier vapeur
- placer le panier dans la cuve du cookéo
- lancer le mode cuisson sous pression pour 5 minutes
- cuire ensuite les 2 autres pâtissons
- puis laisser refroidir
- couper les chapeaux des pâtissons puis enlever les graines
- les retourner et les laisser égoutter sur du papier absorbant
- mettre dans le bol, les oignons coupés en deux et l'ail
- puis mixer 5 secondes à vitesse 5
- racler les parois du bol avec une spatule
- ajouter l'huile d'olive et la chair des courgettes
- puis faire revenir 5 minutes à 120° vitesse 1
- ajouter la viande, les épices, sel et poivre
- puis mijoter 10 minutes à 120° en sens inverse vitesse 1
- ajouter ensuite la pulpe de tomates, l'ail, les feuilles de basilic, sel, poivre
- laisser mijoter 10 minutes à 120° en sens inverse vitesse 1
- retourner les pâtissons et enlever le papier absorbant
- les disposer dans le plat du cake factory
- remplir les pâtissons avec la préparation
- puis répartir le reste de la préparation autour des pâtissons

- **Mettre du gruyère sur le dessus à votre convenance**
- **ajouter le vin blanc dans le fond du plat**
- **placer le moule dans le cake factory**
- **mettre en cuisson en mode P6 pendant 50 minutes à 180°C**

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.

THERMOMINOUX 2022
<http://thermominoux.over-blog.com>