



# SECTION des RETRAITES

UNION DEPARTEMENTALE des SYNDICATS du VAR

**FORCE OUVRIERE**

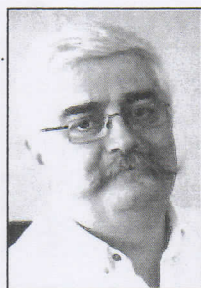
## Brèves du. 3/5/2017

### NE PAS OUBLIER

Par solidarité avec nos Camarades actifs, ne faites pas vos courses le Dimanche.  
Consulter-nous pour tous renseignements en Droit notarial, Droit de la Famille ...  
Consulter le nouveau site **udfo83** Services Retraités : [www.83.force-ouvriere.org](http://www.83.force-ouvriere.org)  
Site Union Confédérale des Retraités : [www.force-ouvriere.fr/confede/ucr](http://www.force-ouvriere.fr/confede/ucr)

par **Philippe Pihet**  
Secrétaire général de l'UCR-FO

## LA RETRAITE N'EST PAS UN CONCEPT !



Cette campagne électorale présente une nouveauté... elle permet d'aborder les questions de Sécurité sociale !

Un candidat, sans doute influencé par son entourage, avait des propositions pour le moins radicales. Les autres prétendants ont fait à leur tour assaut de propositions, sinon de promesses, qui rappelons-le, n'engagent que ceux qui y croient.

En revanche, le sujet de la retraite n'a pas été traité à la hauteur de ce qu'il représente. Il est tout à fait déplorable que la retraite soit réduite à un concept de dépenses publiques, forcément insoutenables et donc à laquelle il faut appliquer des remèdes puissants.

La retraite, c'est avant tout un droit que les femmes et les hommes aujourd'hui retraités ont construit tout au long de leur vie active. La retraite est un revenu d'existence versé à celles et ceux qui ont financé la retraite de leurs aînés. Cela se nomme répartition, si ce mécanisme n'est, au moins en apparence, pas contesté, il convient de rester toujours vigilants quant à sa défense.

Au détour d'une énième «réforme», la répartition pourrait finir par être perçue comme un système désuet, voire sans avenir, auquel il serait bon d'ajouter un «étage» supplémentaire en capitalisation. Le fait de qualifier ce système par répartition de «sans avenir», c'est déjà l'attaquer. Les camarades qui ont participé à la journée de mobilisation du 30 mars dernier doivent être salués : ils contribuent au maintien d'un mécanisme solidaire entre les générations.

Revenons à la campagne électorale, cette fois pour déplorer que la perte d'autonomie ne soit pas un sujet de premier plan. La loi d'Adaptation de la société au vieillissement (ASV) a fait un pas dans le bon sens. Mais seulement

un pas, le volet financier n'existe pas ou si peu. Encore une fois, rappelons que la perte d'autonomie est un risque du grand âge, pas une fatalité.

Un risque, cela s'assure, comme la maladie par exemple.

C'est pour cela que FO revendique une couverture de ce risque calquée sur l'assurance-maladie. Ce que la Sécurité sociale a apporté en termes de solvabilisation des soins, elle pourrait l'apporter en termes de prise en charge de la perte d'autonomie. Cela diminuerait grandement le reste à charge des personnes dépendantes, ou de leur famille.

Si le concept de pays développé signifie encore quelque chose, alors les pouvoirs publics, une fois passée la campagne, devront enfin apporter une solution qui fasse que la dignité de chacun soit respectée quelle que soit sa fragilité.

UNION DEPARTEMENTALE des SYNDICATS du VAR - FORCE OUVRIERE -

12, Place Armand Vallé - 83000 Toulon

Téléphone : 04.94.93.49.77 - Télécopie : 04.94.91.97.84.

Site UDFO : [www.83.force-ouvriere.org](http://www.83.force-ouvriere.org)

Courriel : [udfo83@wanadoo.fr](mailto:udfo83@wanadoo.fr)

Site confédéral : [www.force-ouvriere.fr](http://www.force-ouvriere.fr)

Site Union Confédérale des Retraités : [www.force-ouvriere.fr/confede/ucr](http://www.force-ouvriere.fr/confede/ucr)



**EN BREF**

**Rénovation énergétique  
Des aides de l'Anah  
pour les copropriétés**

L'Agence nationale de l'habitat (Anah) vient d'étendre son programme Habiter Mieux aux copropriétés. Celles considérées comme « fragiles » (étiquette énergie comprise entre D et G et fort taux de charges impayées) pourront bénéficier d'une aide pour des travaux (remplacement de la chaudière, isolation du toit et des façades...) permettant un gain énergétique d'au moins 35 %. Les copropriétés éligibles se verront attribuer une subvention d'un montant maximal de 5 250 € par lot.

**Impôt sur le revenu  
Faites votre déclaration  
dans les temps**

Si votre revenu fiscal de référence de 2015 est supérieur à 28 000 €, vous devez déclarer en ligne vos revenus de 2016, à partir du site [impots.gouv.fr](http://impots.gouv.fr) (voir le n° 1132 du Particulier, p. 41). Les dates limites de déclaration varient selon votre département (voir ci-dessous). Sous ce seuil de 28 000 € ou si vous n'avez pas d'accès à internet, vous avez jusqu'au mercredi 17 mai pour envoyer une déclaration papier. En cas de retard, l'impôt sera majoré de 10 %, et de 20 % si vous déposez votre déclaration après une mise en demeure du fisc (art. 1758 A du code général des impôts). Ce taux passe à 40 % si vous l'envoyez plus de 30 jours après la mise en demeure (art. 1728 du CGI).

Votre département	Date limite (à minuit) pour la déclaration en ligne
Du 01 au 19	mardi 23 mai
Du 20 au 49	mardi 30 mai
Du 50 au 974/976	mardi 6 juin
Non résidents	mardi 23 mai

**EN BREF**

**Fin de contrat  
L'attestation Pôle  
emploi est due même  
en cas de démission**

L'employeur doit délivrer au salarié une attestation d'assurance chômage dans tous les cas d'expiration ou de rupture du contrat de travail, y compris en cas de démission (cass. soc. du 15.3.17, n° 15-21232). Sinon, il risque une amende de 1 500 € et des dommages et intérêts. La Cour de cassation rappelle ainsi aux employeurs qu'il ne leur appartient pas de déterminer si les salariés ont droit, ou non, aux allocations de chômage. En principe, la démission n'y ouvre pas droit, sauf dans certains cas « légitimes », pour suivre un conjoint ou un enfant handicapé, par exemple (accord d'application de l'Unédic n° 14 du 14.5.14).

**Assurance chômage  
Un nouvel accord moins  
favorable aux seniors**

L'accord sur l'assurance chômage signé le 28 mars – qui doit être agréé par le ministère du Travail – s'appliquera aux ruptures de contrat intervenant à partir du 1<sup>er</sup> septembre 2017. Il faudra avoir au moins 55 ans (et non plus 50 ans) à la fin du contrat pour bénéficier de 36 mois d'indemnisation. De 53 à 54 ans, la durée maximale sera de 30 mois (+ 6 mois si l'on se forme). Avant 53 ans, elle sera, comme pour tous, de 24 mois. Bonne nouvelle, en revanche, pour ceux qui percevront des indemnités de rupture élevées : le différé d'indemnisation sera plafonné à 150 jours, au lieu de 180. **F. S.**



Les partenaires sociaux sont parvenus à un accord modifiant les règles d'assurance chômage.

**C'EST NOUVEAU !**

**Un compte bancaire sans chéquier proposé par Carrefour**

Depuis le 18 avril, 3 000 magasins Carrefour distribuent l'offre bancaire **C-zam**. Réservé aux plus de 18 ans, sans condition de revenus, C-zam donne accès à un compte bancaire (accessible depuis un smartphone) et à une carte bancaire, sans découvert autorisé ni chéquier. Après l'achat du coffret en magasin (pour 5 €), Carrefour promet

l'ouverture du compte en 10 minutes seulement. Celui-ci est facturé 12 € par an. Les retraits d'espèces aux distributeurs BNP Paribas sont gratuits (sinon, comptez 1 € le retrait).

**Simple et compétitive, cette offre vient directement concurrencer le compte Nickel, distribué par les buralistes et facturé 20 € par an.**

**L'assurance vie de la MIF devient multisupport**

C'est une révolution pour la Mutuelle d'Ivry (la Fraternelle), dite MIF, une petite mutuelle habituée aux plus hautes places dans nos palmarès des fonds en euros d'assurance vie (2,6 % en 2016). **Compte Épargne Libre Avenir**, son contrat phare, devient multisupport en intégrant 11 supports en unités de compte, sélectionnés dans les grandes sociétés de gestion. Parmi eux, des fonds flexibles ou patrimoniaux, d'autres en actions ou en obligations. Avec 2 %, au maximum, de frais d'entrée et 0,60 % par an de frais de gestion, son coût reste raisonnable.

**Un excellent compromis pour profiter à la fois de l'un des fonds en euros les plus performants du marché et d'une gamme de supports intelligemment pensée.**



## AGENDA

### DEPUIS LE 22 FÉVRIER 2017

Les **contrats d'assurance de prêt** souscrits depuis cette date peuvent être résiliés à chaque date anniversaire.

### DEPUIS LE 15 MARS 2017

Le **permis de conduire (B)** est éligible au compte personnel de formation.

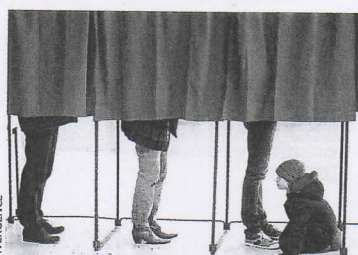
### À PARTIR DU 1<sup>er</sup> AVRIL 2017

Les **artisans intervenant chez les particuliers** doivent faire figurer leurs tarifs sur leur site internet ainsi que dans leurs locaux et respecter de nouvelles règles dans la rédaction des devis.



FOTOUA

De nouvelles informations doivent figurer dans les **petites annonces immobilières** de vente ou de location.



DIVERGENCE

### 23 AVRIL ET 7 MAI 2017

#### Premier et second tours de l'élection présidentielle.

Ils se dérouleront les 22 avril et 6 mai en Guadeloupe, Martinique, Guyane, Polynésie française, à Saint-Pierre-et-Miquelon, Saint-Barthélemy et Saint-Martin.

### 1<sup>er</sup> MAI 2017

Passage de 23 à 25 € du tarif de la **consultation chez les médecins** de secteur 1, non autorisés à facturer de dépassements d'honoraires (arrêté du 20.10.16, JO du 23.10).

### 3 MAI 2017

Date limite de dépôt des déclarations de revenus des **sociétés civiles immobilières** non soumises à l'impôt sur les sociétés (formulaires n°s 2071 et 2072).

### 15 MAI 2017

Date limite pour payer le 2<sup>e</sup> acompte de l'**impôt sur le revenu**. Jusqu'au 22 mai par internet ou smartphone.

### 31 MAI 2017

Date limite pour modifier le classement des vœux enregistrés sur le site **Admission post-bac (APB)**. Il faudra répondre aux premières propositions d'admission entre le 8 juin (14 h) et le 13 juin (14 h).

### 11 ET 18 JUIN 2017

Premier et second tours des **élections législatives** afin de désigner les 577 députés qui siégeront à l'Assemblée nationale.

### 1<sup>er</sup> SEPTEMBRE 2017

Les nouvelles règles d'**indemnisation du chômage** s'appliqueront aux salariés dont le contrat est rompu après cette date.

## ÉVÉNEMENTS

### 4 mai 2017 LES RENCONTRES PATRIMONIALES DU PARTICULIER À LILLE

La rédaction du *Particulier* et ses experts partenaires viennent à votre rencontre près de Lille. Au programme : deux conférences et un atelier pour découvrir les meilleures solutions pour valoriser et transmettre votre patrimoine.

• **Cité des Échanges, 40, rue Eugène-Jacquet, 59700 Marcq-en-Barœul, de 14 h à 20 h.**

### 16 mai 2017 LES RENCONTRES DU PARTICULIER À LYON

Une soirée-conférence pour vous éclairer sur l'actualité patrimoniale, avec nos conseils d'investissement pour 2017.

• **Domaine Le Lyon Vert, 200, avenue du Casino, 69890 La Tour-de-Salvagny, de 17 h 30 à 21 h 00.**

LES RENCONTRES  
PATRIMONIALES  
**LeParticulier**



### Du 18 au 21 mai 2017 SALON DES SENIORS

250 exposants et 70 conférences vous attendent, pour vous apprendre à préserver votre santé, réaménager votre logement ou organiser vos prochaines vacances.

• **Paris, Porte de Versailles, halls 5.2 et 5.3, de 10 h à 18 h.**



RÉA



**EN BREF**

**DÉPÊCHES**

» **IDTGV**, marque de la SNCF à tarifs réduits, va disparaître progressivement à partir de juillet (*annonce du 6.3.17*).

» Pour les demandes de différé ou d'étalement du paiement de **droits de succession** formulées depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, le taux d'intérêt dû au fisc est de 1,6 % (*impots.gouv.fr*).

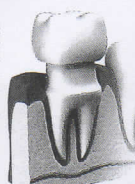
» **Les apprentis de moins de 21 ans** dont le contrat a débuté entre le 1<sup>er</sup> juin 2016 et le 31 mai 2017 recevront 335 € (*décret n° 2017-267 du 28.2.17*). Leurs démarches seront détaillées par courrier en avril pour les contrats de 2016 et en juin pour ceux de 2017 (*alternance.emploi.gouv.fr*).

» L'expérimentation donnant accès à l'**apprentissage jusqu'à 30 ans** concerne désormais 9 régions, dont l'Île-de-France et l'Occitanie (*décret n° 2017-355 du 20.3.17*).

» Le calcul de la pension des assurés ne remplissant pas les conditions leur permettant un **cumul emploi-retraite** intégral a été précisé (*décret n° 2017-416 du 27.3.17*).

» Le bail d'un **bien détenu en indivision** doit être conclu au nom des indivisaires, et non de l'indivision. Cette dernière n'ayant pas de personnalité juridique, le contrat est entaché de nullité (*cass. civ. 3<sup>e</sup> du 16.3.17, n° 16-13063*).

» Vous pouvez signaler les courriels douteux (arnaques aux produits financiers...) sur la plateforme **signal-spam.fr** pour aider à identifier leurs auteurs et alerter les instances compétentes, dont l'Autorité des marchés financiers.



**Soins dentaires**  
**En 2018, les prix des couronnes seront enfin limités**

**F**aute d'accord entre les syndicats de chirurgiens dentistes et l'Assurance maladie, une procédure arbitrale a tranché. Jusqu'à présent fixés librement par les praticiens, les tarifs des prothèses dentaires (hors implants, non concernés par l'accord) seront plafonnés à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2018. Par exemple, une couronne ne pourra excéder 550 € en province et 660 € à Paris (*arrêté du 29.3.17, JO du 31*). En contrepartie, le prix de certains soins dentaires (traitements de caries, extractions...), bien remboursés, seront revalorisés. Les syndicats de dentistes comptent sur un changement de majorité gouvernementale pour que le texte n'entre pas en vigueur. **A.F.**

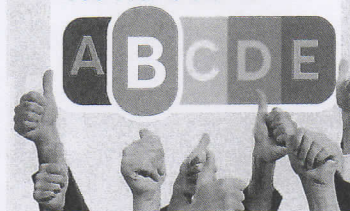
**TARIFS MAXIMAUX APPLICABLES**

Prothèse	Prix de marché actuels	Prix maximaux en...			
		2018	2019	2020	2021
Couronne céramo-métallique	De 400 à 1 000 €	660 €	620 €	580 €	570 €
		550 €	530 €	510 €	510 €
Inlay-core	De 200 à 400 €	360 €	305 €	250 €	240 €
		250 €	210 €	190 €	190 €
Bridge 3 dents	De 1 200 à 2 500 €	NP	NP	1 925 €	1 680 €
		NP	NP	1 620 €	1 450 €

**Complémentaire santé**  
**La hausse de la mutuelle d'entreprise s'étale sur 3 ans après la retraite**

**A** partir du 1<sup>er</sup> juillet, les salariés partant à la retraite et conservant leur mutuelle d'entreprise verront la hausse tarifaire s'étaler sur 3 ans (contre 1 an jusqu'à présent, *décret n° 2017-372 du 21.3.17*). Pour un contrat facturé 100 € par mois (part patronale incluse), par exemple, son prix restera à 100 € par mois la 1<sup>re</sup> année, avant de passer à 125 € la 2<sup>e</sup> (+ 25 %) puis à 150 € la 3<sup>e</sup> année (+ 50 %). Libre ensuite aux assureurs de pratiquer les tarifs qu'ils souhaitent, quitte à ce qu'ils s'envolent. **A.F.**

**NUTRI-SCORE**



**Étiquetage alimentaire**  
**Un logo pour identifier les produits sains**

Un nouveau logo apparaît sur les emballages de certains produits alimentaires en supermarché, un étiquetage facultatif pour les industriels. Baptisé « Nutri-score », il classe les produits en 5 catégories, en fonction de leur composition (valeur énergétique, teneur en matières grasses...). Vous trouverez dans notre prochain numéro un dossier consacré à la pertinence et à l'objectivité des logos et labels alimentaires.

**Contrat santé obligatoire**  
**Les entreprises dépassent les attentes du législateur**

À l'occasion de la mise en place d'une couverture santé obligatoire au bénéfice des salariés (voir le n° 1120 du *Particulier*, p. 64), la majorité des entreprises a choisi un niveau de garantie supérieur au minimum légal, selon la Fédération française de l'assurance. Par ailleurs, la participation financière de l'employeur atteint 57 % de la cotisation dans les PME, d'avantage que la prise en charge minimale de 50 % imposée par la loi.

**Précision**

Sélectionné parmi les assurances vie à souscrire après 70 ans, le contrat Linxea Avenir est accessible dès 100 € de versement initial et comporte 550 unités de compte, contrairement à ce que nous avons indiqué dans le n° 1132, p. 62.



**RETRAITES** (régime général de Sécurité sociale, régimes alignés et de la fonction publique)

**Revalorisation**

- + 0,1 % au 1<sup>er</sup> octobre 2015

**RETRAITES** (régime général)

**Minimum contributif (carrière complète)**

- minimum contributif : 629,62 €/mois
- minimum contributif majoré : 688,32 €/mois

**Maximum de pension**

- (théorique) : 1 609 €/mois

**Compléments**

- majoration pour tierce personne : 1 104,18 €/mois
- majoration pour conjoint à charge. Elle n'est plus attribuée à compter du 1.01.2011. Le paiement est poursuivi pour les bénéficiaires au 31.12.2010 : 609,80 €/an (plafond de ressources du conjoint : 8 999,80 €/an)
- majoration pour enfant à charge : 96,30 €/mois

**Pension de réversion**

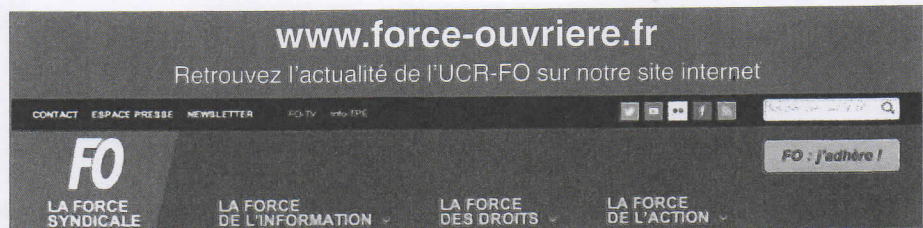
- montant : 54 % de la pension du défunt
- minimum de pension : 283,87 €/mois. Ce montant peut être réduit pour tenir compte de la durée d'assurance
- montant maximum : 868,86 €/mois
- plafond de ressources : 20 113,60 €/an - personne seule ; 32 181,76 €/an - ménage

**ASPAS** (Allocation de solidarité aux personnes âgées)

**Plafond de ressources et montants**

- personne seule : 9 609,60 €/an, ménage : 14 918,90 €/an
- ASPA : 800,80 €/mois (personne seule), 1 243,24 €/mois (deux allocataires)

Allocations récupérables après le décès du bénéficiaire sur la fraction de l'actif net successoral qui excède 39 000 € (depuis le 1.01.2002). Limite annuelle de récupération des sommes versées pour l'ASPAS : 6 226,28 € (personne seule), 8 152,26 € (couple d'allocataires).



**PENSION MILITAIRE D'INVALIDITE**

- Valeur du point d'indice : 14,04 € au 1.01.2016

**HONORAIRES MEDICAUX** Tarifs conventionnés sect. 1 Médecin traitant

- Généralistes (secteur 1) : consultation : 23 € ; visite : 33 €
- Spécialistes (secteur 1) : consultation : 25 € ; psychiatres, neuropsychiatres, neurologues : 39,70 €
- Forfait hospitalier : 18 €/jour depuis 1.01.2010

**APA - BAREME**

Allocation attribuée par le département.

- A domicile, montant mensuel maximal du plan d'aide au 1<sup>er</sup> janvier 2017 :  
 GIR 1 : 1 714,79 € - GIR 2 : 1 376,91 €  
 GIR 3 : 994,87 € - GIR 4 : 663,61 €  
 Le montant versé est égal au montant de la fraction du plan d'aide que le bénéficiaire utilise diminué, le cas échéant, d'une participation à sa charge.  
 Ressources mensuelles / participation :  
 - inférieures ou égales à 800,53 €, aucune participation,  
 - de 800,53 € à 2 948,16 € : la participation varie progressivement de 0 à 90 % du montant du plan d'aide,  
 - supérieures à 2 948,16 €, la participation est égale à 90 % du plan d'aide.

- En établissement, l'APA est calculée à partir du tarif dépendance de l'établissement.

La participation financière de l'intéressé dépend de ses revenus :

- Revenu inférieur à 2 440,24 €. Participation égale au montant mensuel du tarif dépendance de l'établissement pour les GIR 5 et 6.
- Revenu compris entre 2 440,24 et 3 754,21 €. Participation égale au montant du tarif dépendance de l'établissement pour les GIR 5 et 6 auquel s'ajoute, selon le niveau de revenu, de 0 % à 80 % du tarif dépendance de l'établissement pour le GIR du bénéficiaire.
- Revenu supérieur à 3 754,21 €. Participation égale au montant du tarif dépendance de l'établissement pour les GIR 5 et 6 auquel s'ajoute 80 % du tarif dépendance de l'établissement pour le GIR du bénéficiaire.
- Somme minimale laissée : 96 €/mois à la personne âgée, 800,80 €/mois au membre du couple resté à domicile.

- Plafond de la Sécurité sociale (au 1<sup>er</sup> janvier 2017) : 3 269 €/mois
- Retraite complémentaire valeur annuelle du point (1.04.2013) AGIRC : 0,4352 € - ARRCO : 1,2513 €
- IRCANTEC (1.10.2015) : 0,47507 €
- SMIC brut (au 1.01.2017) 9,76 €/heure
- Indice des prix (INSEE) en novembre 2016 (base 100 en 2015) 100,35 (tous ménages, avec tabac), soit + 0,5 % sur douze mois  
 Indice hors tabac : 100,36, soit + 0,6 % sur douze mois
- Indice de référence des loyers Au 3<sup>e</sup> trimestre 2016 : 125,33 soit une hausse de 0,06 %





## SENIORS

Ils seront 20 millions en 2030 et leur revenu disponible est estimé à 400 milliards d'euros. Les seniors représentent donc une formidable opportunité de croissance. Le troisième âge est mort, vive les seniors ! C'est la plus jeune de nos filières économiques mais sûrement une des plus prometteuses à en croire l'intérêt que lui porte le gouvernement qui l'a officiellement baptisée « silver économie » l'an dernier. Et la Commission 2030 l'a inscrite parmi les sept ambitions prioritaires pour la France. Entièrement dédiée aux personnes âgées, cette « économie des tempes grises » a pour vocation d'encourager toutes les innovations qui permettront de faire reculer la perte d'autonomie. Et de tout faire pour que les Français profitent pleinement et sereinement de l'après-60 ans.

C'est donc une formidable opportunité de croissance qui s'ouvre pour les entreprises françaises, et notamment pour les TPE et les PME. Ce marché naissant qui reste à organiser et à structurer vise une clientèle en pleine expansion. Transition démographique oblige, le nombre de papy-boomers ne cesse de croître : les personnes âgées de 60 ans ou plus sont aujourd'hui 15 millions. En 2030, elles seront 20 millions. Le marché de la « silver économie » est donc mathématiquement promu à un bel avenir. Estimé à 93 milliards d'euros en 2013, il devrait en effet bondir de 41 % en sept ans pour dépasser les 130 milliards d'euros en 2020, selon Lemarchedesseniors.com, un site d'études spécialisées sur le secteur. C'est dire si le comportement des 15 millions de ménagères seniors de plus de 60 ans est désormais observé à la loupe par les entreprises françaises. Selon le gouvernement, la « silver économie » devrait ainsi générer, d'ici 2020, la création de 300 000 emplois nets.

Arrêtons de critiquer le nombre croissant des seniors, s'ils n'existaient pas, toute prospérité serait vite perdue pour les médecins, les chirurgiens, les ophtalmologistes, les dentistes, les opticiens, l'industrie pharmaceutique, les agences de voyages, l'hôtellerie, la restauration, les boutiques, les grands magasins..., faisant affluer la TVA dans les caisses de l'Etat.

Les bancs publics seraient vite délaissés s'il n'y avait pas les seniors encore alertes pour les occuper.

Les seniors sont un facteur économique important, il faut le dire haut et fort.

Qu'on les garde le plus longtemps possible, l'Economie ne s'en portera que mieux.

Heureusement qu'ils sont encore là, les SENIORS



## TOMATES FARCIES À L'AUBERGINE

168 Kcal/pers.

—  
Sans gluten

—  
Sans lactose



**Tomates**  
x 8 (moyennes)



**Aubergines**  
x 2



**Bœuf haché**  
200 g



**Thym séché**  
2 cuil. à soupe



Sel, poivre



Préparation : 20 min

Cuisson : 1h

- Faites cuire les **aubergines** 40 min au cuit-vapeur. Prélevez-en la chair et mélangez-la avec la viande et le **thym**. Salez, poivrez.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Évidez les **tomates** et farcissez-les avec le mélange bœuf/aubergines. Versez la pulpe des **tomates** dans le plat et enfournez 20 min. Dégustez bien chaud.