

Köstliches aus Tomaten



Rezepte der Demeter Gärtnerei Sannmann

Zusammengestellt und ausprobiert von Birte Menzel

Gesund, fruchtig und sonnengereift:

Tomaten aus bio-dynamischem Anbau in köstliche Rezepte verpackt

Wenn die Tomaten in der Gärtnerei Sannmann zwischen Juni und Oktober Saison haben, kocht Gärtnerei-Köchin Birte Menzel die leckersten Tomaten-Gerichte. Im Juli und August sind alle Tomaten-Sorten gleichzeitig reif und dann probiert sie gerne aus, welche Tomatensorte zu welchem Gericht am besten passt. So schmeckt Tomatensuppe aus der fleischigen „*Vierländer Platte*“-Tomate besonders köstlich, während sich die ausgewogene *Cherry-Strauchtomate* für Tomatenkuchen eignet und die knusprig-süße *Eier-Strauchtomate* in Bruschetta einen Hauch von Italien auf den Tisch bringt.

Diese Tomaten-Rezepte wurden von Birte Menzel mit viel Lust auf einen verfeinerten Geschmack und eine unkomplizierte Zubereitung konzipiert. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Ausprobieren und Genießen.

Wenn Sie dabei auf neue Ideen kommen und ungewöhnliche, gut schmeckende Tomaten-Gerichte entwickeln, schreiben Sie uns gerne eine E-Mail (andrea.madadi@sannmann.com) oder eine Karte (Demeter Gärtnerei Sannmann, Ochsenwerder Norderdeich 50, 21037 Hamburg) mit Ihrem Rezept. Wir veröffentlichen Ihre Rezepte dann im Internet unter www.sannmann.com.

Guten Appetit wünscht Ihnen das Team der Gärtnerei Sannmann!

Sannmanns scharfe Tomatensuppe nach Art der Gärtnerin

Zutaten für 4 Portionen:

| | |
|--|--|
| 1 Gemüsezwiebel (250 g) | 3 EL Tomatenmark |
| 1 Zucchini (200 g) | Salz, Pfeffer, 1 EL Zucker, Cayennepfeffer |
| 500 g fleischige Tomaten (z. B. Vierländer Platte) | 1 Bund Thymian |
| ¾ Liter Gemüsebrühe | 1 Becher Crème fraîche (200 g) |

1. Zwiebel pellen und grob zerteilen. Zucchini waschen und in kleine Stücke schneiden. Tomaten waschen und achteln.
2. Gemüse mit der Brühe in einen Topf geben und alles zugedeckt 20 - 25 Minuten kochen lassen.
3. Die Suppe im Topf mit einem Schnellmixstab pürieren und durch ein Sieb streichen. Tomatenmark zugeben, kurz köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Cayennepfeffer abschmecken.
4. Thymian fein hacken, mit der Crème fraîche verrühren und zur Suppe servieren.

Tomaten mit Kräuternudeln

Zutaten für 4 Personen:

| | |
|-------------------|-----------------------------|
| 125 g Fadennudeln | 30 g Butter oder Margarine |
| 8 große Tomaten | 250 g Zucchini |
| 2 Zwiebeln | 75 g Parmesan |
| 2 Knoblauchzehen | 4 Bund glatte Petersilie |
| 2 EL Öl | 1 Beutel Mozzarella (150 g) |
| Salz, Pfeffer | |

1. Nudeln in Salzwasser zwei Minuten kochen und abgießen.
2. Deckel von den Tomaten schneiden, Inneres herauskratzen und durch ein Sieb streichen. Tomaten abtropfen lassen, dann mit Pfeffer und Salz würzen.
3. Zwiebeln pellen und fein würfeln. In einer Gratin-Form das Fett zerlassen, Zwiebeln darin glasig werden lassen. Zucchini in Scheiben schneiden und zugeben. Knoblauch durch die Presse drüber drücken. Pfeffern und salzen.
4. Gehackte Petersilie, Parmesan, Pfeffer, Salz und Öl unter das Tomatenpüree rühren, Nudeln zugeben.
5. Nudeln in die Tomaten füllen, Tomaten auf die Zucchini setzen, Tomatendeckel draufgeben.
6. Mozzarella in Scheiben darüber verteilen und im Backofen bei 225 Grad (vorgeheizt) ca. 20 Min. überbacken.
7. Mit Basilikum-Blättern dekorieren.

Flaumige Tomaten-Quiche

Zutaten für 4 Portionen:

Für den Teig:

200 g fein gemahlenes Dinkelvollkornmehl

150 g Magerquark

80 g Butter

Salz

Für die Füllung:

150 g Kräuterfrischkäse

200 g Magerquark

2 Eier

5 Tomaten (à ca. 100 g)

Weißer Pfeffer, Salz, Muskat

½ Bund frisches Basilikum

1. Das Mehl in eine Schüssel geben, den Magerquark und die kalte Butter in Flöckchen darauf geben. Etwas Salz zufügen und alles rasch zu einem geschmeidigen Teig kneten.
2. Den Teig in Haushaltsfolie wickeln und mindestens 30 Minuten im Gemüsefach des Kühlschranks ruhen lassen.
3. Dann den Teig zwischen zwei Stück Frischhaltefolie ausrollen und eine gefettete Quiche-Form damit auslegen, einen ca. einen Zentimeter hohen Rand formen.
4. Den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 10 Minuten vorbacken.
5. Den Kräuterfrischkäse mit Quark und Eigelb gut verrühren, mit Pfeffer, Salz und Muskat pikant abschmecken.
6. Die Eiweiße steif schlagen und unterziehen. Diese Masse auf dem Quiche-Boden verteilen.
7. Tomaten waschen, halbieren, Stielansätze herausschneiden. Die Tomatenhälften in den Käseschaum drücken.
8. Die Quiche in den Ofen schieben und in ca. 40 Minuten fertig backen.
9. Basilikum fein hacken und vor dem Servieren über die Quiche streuen.

Tomaten-Kartoffelgratin

Zutaten für 4 Personen:

1 kg vorwiegend festkochende Kartoffeln

750 g große Tomaten

4 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

Ein paar Blättchen frischen oder getrockneten

Oregano

250 g Pecorino oder Parmesan gerieben

100 ml Sahne

1. Geschälte Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Tomaten vom Stielansatz befreien, waschen und in etwas dickere Scheiben schneiden.
2. Eine Auflaufform mit Olivenöl einfetten. Die Kartoffeln und Tomaten schichtweise einlegen. Jede Schicht mit Salz und Pfeffer würzen sowie mit Oregano und etwas geriebenem Parmesan bestreuen.
3. Die oberste Schicht mit Sahne und dem restlichen Olivenöl begießen sowie mit dem restlichen Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 130 Grad ca. eine Stunde backen.

Tomaten-Mozzarella-Muffins

Zutaten für 12 Muffins:

| | |
|------------------|--------------------------------|
| 100 g Tomaten | 1 EL Basilikum, frisch gehackt |
| 120 g Mozzarella | 2 Eier |
| 250 g Mehl | 75 ml Olivenöl |
| 2 TL Backpulver | 125 ml Buttermilch |
| 1 TL Natron | 1 TL Salz |

1. In die Mulden des Muffin-Bleches Papierförmchen legen.
2. Den Mozzarella gut abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten ebenfalls fein würfeln.
3. In einer Schüssel das Mehl mit dem Backpulver, dem Natron und dem Basilikum mischen.
4. In einer zweiten Schüssel die Eier mit dem Olivenöl, der Buttermilch und dem Salz schaumig schlagen.
5. Das Mehlgemisch, die Tomaten und den Mozzarella unterheben und gründlich vermischen.
6. Den Teig in die Förmchen füllen und im Backofen etwa 20 - 25 Minuten bei 180 Grad Heißluft backen.

Honig-Tomaten aus dem Ofen

Zutaten für 4 Personen:

| | |
|---|----------------------------|
| 8 große reife Tomaten | 4 EL Honig |
| 4 EL Paniermehl | 40 g Butter |
| 2 TL Salz | Butter zum Fetten der Form |
| 2 TL weißer Pfeffer | 1 Knoblauchzehe |
| 1 kleines Bund Estragon (z. B. Sannmanns feine Kräuter) | 2 EL Sauerrahm |

1. Eine große Auflaufform buttern.
2. Stielansatz der Tomaten vorsichtig entfernen, Deckel abschneiden und Tomaten aushöhlen. Tomaten mit der Stielansatzseite nach unten in die Form setzen.
3. Paniermehl mit Salz, Pfeffer und gehacktem Estragon vermischen. Honig in die Tomaten füllen, Paniermehl-Mischung darüber geben und je ein Butterflöckchen daraufsetzen. Mit dem Tomatendeckel abschließen.
4. Das Innere der Tomaten mit einer Knoblauchzehe und 2 EL Sauerrahm pürieren, mit Pfeffer und Salz abschmecken und die Soße in die Auflaufform zu den Honig-Tomaten geben.
5. Honig-Tomaten ca. 30 Minuten bei 175 Grad Ober- und Unterhitze im Backofen garen.

Cocktailtomaten mit mediterraner oder leichter Käsefüllung

Zutaten für 4 Personen:

8 - 12 Cocktailtomaten

Mediterrane Käsefüllung:

125 g Schaf-Feta

1 TL Olivenöl

1 kleine Knoblauchzehe

3 EL gehackte frische Kräuter (Basilikum, Oregano,
Thymian, Petersilie)

2 EL Joghurt

Salz, Pfeffer

Leichte Käsefüllung:

100 g Salatgurke

125 g Frischkäse

2 EL gehackter Dill, Petersilie, Schnittlauch

1 Knoblauchzehe

1 EL Sahne

Salz, Pfeffer

Etwas Zitronenschale

1. Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, den Deckel abschneiden und die Tomaten mit einem kleinen Löffel auskratzen. Das Tomaten-Innere abtropfen lassen und fein hacken.
2. Für die mediterrane Füllung den Schafskäse mit einer Gabel zerdrücken. Olivenöl, fein geriebenen Knoblauch und das Tomaten-Innere zugeben. Die Kräuter fein hacken, mit Käse und Joghurt vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Masse in die Tomaten füllen, Deckel aufsetzen und etwas ziehen lassen.
3. Für die leichte Käsefüllung die Salatgurke fein reiben. Mit etwas Salz vermengen, gut auspressen. Den Frischkäse mit Kräutern, Knoblauch, Gurke, Öl und Sahne vermengen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronenschale abschmecken und in die Tomaten füllen.

Gegrillte Parmesantomaten

Zutaten für 4 Personen:

8 Fleischtomaten

40 g Kräuterbutter

100 g Parmesankäse

Baguette und Butter

1. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Stielansatz der Tomaten vorsichtig ausstechen, Tomaten mit der Stielansatzseite nach unten auf das Backpapier setzen. Die Oberseite der Tomaten ca. ½ cm tief kreuzweise mit einem scharfen Messer einschneiden und ca. 15 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad garen.
2. Die vorgegarten Tomaten aus dem Ofen nehmen und je 1 Teelöffel Kräuterbutter auf die Schnittstellen setzen. Parmesan hobeln und über die Tomaten streuen. Die Parmesantomaten ca. 5 Minuten bei 250 Grad unter dem Backofengrill überbacken.
3. Tomaten mit gebutterten Baguette-Scheiben servieren.

Polenta-Kräuterklößchen auf Tomaten-Lauchgemüse

Zutaten für 4 Personen:

Klößchen:

750 ml Wasser

1 EL Salz

150 g Polenta (Maisgrieß)

1 mittelgroße Zwiebel (ca. 50 g)

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

2 EL Olivenöl

6 EL gehackte Kräuter (Petersilie, Thymian, Oregano)

2 Eier

20 g Vollkornmehl

Salz, Pfeffer, Muskat

Gemüse:

750 g große Tomaten

250 g Lauch

2 EL Olivenöl

1 Knoblauchzehe

1 Kleiner Thymianzweig

Salz, Pfeffer, Paprikapulver

1. Für die Klößchen Wasser und Salz zum Kochen bringen, Polenta langsam einrühren. Bei kleiner Flamme und ohne Deckel unter häufigem Rühren ca. 30 Minuten köcheln lassen.
2. Zwiebel hacken und zusammen mit dem Knoblauch im Olivenöl andünsten. Kräuter zugeben und mit der Polenta mischen. Eier und Mehl untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
3. Mit einem Löffel kleine Klößchen abstechen und ins kochende Salzwasser geben. Herd abstellen und die Klößchen 15 Minuten ziehen lassen.
4. Die Tomaten häuten, Stielansätze entfernen und in kleine Würfel schneiden. Den Lauch waschen und in dünne Ringe schneiden.
5. Öl erhitzen, Lauch zugeben und leicht anbraten. Knoblauch und Tomatenwürfel sowie den Thymianzweig begeben, zudecken und 5 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken.
6. Klößchen auf das Gemüse setzen und servieren.

Gegrillte Tomaten mit Pfeffer-Frischkäse

Zutaten für 4 Personen:

6 Tomaten

Salz, frisch gemahlener Pfeffer

knackige Salatblätter, z. B. Sannmanns Wildsalat-

Mischung

geröstete Brotwürfel

Für die Füllung:

2 Knoblauchzehen

4 EL gehacktes Basilikum

100 g Doppelrahm-Frischkäse

Frisch gemahlener grober Pfeffer

1 EL Semmelbrösel

30 g geraspelter Goudakäse

Einige Zweige Majoran

Fett für die Form

1. Den Backofengrill vorheizen. Tomaten waschen, abtrocknen, die Stielansätze herausschneiden. Tomaten waagrecht halbieren und mit einem Teelöffel das Innere etwas aushöhlen. Die Tomaten mit der Schnittfläche nach oben in eine gefettete Auflaufform legen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen.
2. Für die Füllung Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Frischkäse mit dem Tomaten-Inneren, grobem Pfeffer, Semmelbrösel, Basilikum und Knoblauch verrühren. Die Masse in den Tomaten verteilen und Käse drauf streuen.
3. Die Form auf einem Rost unter den vorgeheizten Backofengrill schieben. Die Tomaten ca. 10 Minuten grillen.
4. Majoran abspülen und trocken tupfen. Tomaten mit Majoran und den gerösteten Brotwürfeln garniert auf knackigen Salatblättern servieren.

Schafskäse-Dip

300 g Tomaten

200 g Schafskäse

½ Bund Petersilie

½ Bund Minze

1 EL Crème fraîche

1 EL Naturjoghurt

Salz, Pfeffer

1. Tomaten fein würfeln, den Schafskäse zerdrücken und die Kräuter fein hacken.
2. Crème fraîche und Joghurt glatt rühren, mit den Gewürzen kräftig abschmecken. Den Schafskäse unterrühren.
3. Zum Schluss die Tomatenwürfel vorsichtig unterheben.

Bruschetta

Zutaten für 4 Personen:

8 kleine Strauchtomaten (z. B. Sannmanns Eier-
Strauchtomaten)

½ Bund Basilikum

½ Bund Petersilie

1 Knoblauchzehe

8 Scheiben Weißbrot

4 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

1. Tomaten vierteln und entkernen. Tomatenviertel in Würfel schneiden. Basilikum und Petersilie grob hacken, Knoblauchzehe pellen.
2. Tomatenwürfel und Kräuter in einer Schüssel vermengen, Knoblauch hineinpressen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Weißbrotscheiben leicht toasten und mit Olivenöl beträufeln. Die Tomatenmischung auf die Brotscheiben verteilen. Sofort servieren.
4. Variante: Olivenöl und Tomatenmischung auf Brotscheiben geben und 5 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad backen.

Tomaten-Gouda-Auflauf

Zutaten für 4 Personen:

Butter für die Form

100 g alter Gouda (oder Greyerzer Käse, Schweizer
Emmentaler)

50 g Parmesan (oder Pecorino)

800 g Fleischtomaten

200 ml Sauerrahm

Salz, Pfeffer

1. Backofen auf 220 Grad vorheizen. Eine Auflaufform gut buttern. Gouda und Parmesan reiben. Tomaten häuten und in Scheiben schneiden.
2. Sauerrahm in einer Schüssel glatt rühren, mit dem geriebenen Käse vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Den Boden der Auflaufform mit Tomatenscheiben belegen, salzen und pfeffern. Darauf eine Schicht Sauerrahm-Käse-Mischung geben. In gleicher Reihenfolge weiter schichten und mit der Sauerrahm-Mischung enden.
4. Auflauf auf mittlerer Schiene im Backofen ca. 30 - 40 Minuten bei 175 Grad Ober- und Unterhitze überbacken.

Tomatenaufauf mit Sahnequark

Zutaten für 4 Personen:

| | |
|---------------------|---|
| Butter für die Form | 10 Strauchtomaten (z. B. Sannmanns Mirabell) |
| 100 g Bergkäse | 500 g Sahnequark |
| 50 g Parmesan | Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, 1 Msp. Muskat |
| 4 Eier | 1 EL Basilikum, gehackt |

1. Bergkäse und Parmesan getrennt reiben, Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Eine Auflaufform gut buttern. Tomaten vierteln und entkernen.
2. Sahnequark in einer Schüssel glatt rühren und mit den 4 Eigelben gut vermengen. Den geriebenen Bergkäse unterrühren, mit Muskat, Pfeffer und Salz abschmecken. Das steife Eiweiß vorsichtig unter den Quark heben.
3. Quarkmasse in die Auflaufform füllen und glatt streichen. Tomatenviertel hineindrücken, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Basilikum und Parmesan bestreuen.
4. Tomatenaufauf auf mittlerer Schiene für ca. 40 Minuten im Backofen bei 175 Grad Ober- und Unterhitze garen.

Tomaten-Pizza von Monika Jule Witt, Bergedorfer Zeitung

Zutaten für 4 Personen:

| | |
|------------------------------|-----------------------|
| 4 große Tomaten | 2 Päckchen Mozzarella |
| 1 Rolle fertigen Blätterteig | 1 Bund Basilikum |
| 2 EL Balsamico-Senf | |

1. Blätterteig auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech ausrollen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 10 Min. vorbacken. Abkühlen lassen.
2. Mit 2 EL (oder mehr nach Geschmack) Balsamico-Senf bestreichen.
3. Mozzarella und Tomaten in Scheiben schneiden. Blätterteig zuerst mit Mozzarellascheiben und dann dick mit Tomatenscheiben belegen. Im vorgeheizten Backofen 15 Min. bei 200 Grad überbacken.
4. Tomatenpizza rausnehmen, mit gehacktem Basilikum bestreuen und servieren.

Tomatenkuchen mit Zucchini

Zutaten für 4 Personen:

| | |
|--|---------------------------------------|
| 10 g Hefe | 500 g Zucchini |
| 150 ml lauwarmes Wasser | Mehl für die Arbeitsfläche |
| 250 g Mehl | 100 g Greyerzer Käse, gerieben |
| 70 g flüssige Butter | 100 g Sauerrahm |
| Salz, Pfeffer | 2 Eier |
| 500 g Strauchtomaten (z. B. Sannmanns Cherry- Strauchtomaten) | 1 EL getrocknete Kräuter der Provence |

1. Mehl mit $\frac{1}{2}$ TL Salz, Hefe, einer Prise Zucker, lauwarmem Wasser und flüssiger Butter in einer Schüssel mit den Knethaken des Handrührgerätes ca. 3 Min. lang auf höchster Stufe zu einem geschmeidigen Teigkloß verarbeiten. Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und ca. 45 Min. an einem warmen, zugfreien Ort (z. B. Backofen lauwarm aufgeheizt) gehen lassen, bis er seine Größe verdoppelt hat.
2. In der Zwischenzeit Tomaten halbieren, entkernen und in Scheiben schneiden. Zucchini putzen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Sauerrahm glatt rühren und mit Eiern und Kräutern verquirlen.
3. Aufgegangenen Hefeteig erneut gut durchkneten und auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech geben. Teig passend ausrollen oder mit den Händen drücken und einen Rand formen. Teigboden mit einer Gabel einstechen. Nochmals ca. 10 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.
4. Dann Teigboden abwechselnd mit Tomaten- und Zucchinischeiben belegen. Salzen, pfeffern und mit geriebenem Käse bestreuen. Die Sauerrahmmasse über das Gemüse gießen. Tomatenkuchen in die unterste Leiste des Backofens schieben und ca. 40 - 50 Minuten bei 180 Grad backen.

Tomaten-Joghurt

| | |
|---------------------|------------------------|
| 800 g Tomaten | 1 EL Zitronensaft |
| 2 rote Zwiebeln | Salz, Cayennepfeffer |
| 1 Bund Petersilie | Paprikapulver, edelsüß |
| 500 ml Naturjoghurt | Zucker |

1. Tomaten und Zwiebeln fein würfeln, die Petersilie fein hacken.
2. Joghurt mit dem Zitronensaft und den Gewürzen glatt rühren, kräftig abschmecken und unter das Gemüse heben.
3. Dazu Fladenbrot reichen.

Tomaten-Couscous-Auflauf

Zutaten für 4 Personen:

| | |
|------------------------|---------------------------------|
| 375 ml Gemüsebrühe | 2 EL Öl |
| 250 g Couscous | 1 EL Petersilie, gehackt |
| Butter für die Form | 1 Lorbeerblatt |
| 4 große Fleischtomaten | Salz, Pfeffer, Zucker |
| 1 Zwiebel | 100 g Emmentaler Käse, gerieben |

1. Gemüsebrühe mit dem Couscous zum Kochen bringen. Von der Herdplatte nehmen und abgedeckt 10 - 15 Min. quellen lassen. Auflaufform gut buttern.
2. Zwiebel fein würfeln, Tomaten vierteln und grob würfeln. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel- und Tomatenstücke, Petersilie und Lorbeerblatt zugeben; kräftig mit Salz und Pfeffer sowie einer Prise Zucker abschmecken. Auf kleiner Flamme kurz dünsten, sodass die Tomaten noch stückig sind. Lorbeerblatt zum Schluss entfernen.
3. Auflaufform mit einer Lage Couscous ausfüllen, darüber Tomatensoße geben, dann eine Lage geriebenen Käse, eine Lage Couscous und zuletzt eine Lage Tomatensoße, bedeckt mit geriebenem Käse. Den Auflauf für ca. 30 Min. bei 180 Grad backen.

Tomatensugo

Zutaten für 6 - 8 Portionen:

| | |
|---|-------------------------------|
| 1,5 kg reife Tomaten (z. B. Sannmanns Ruth-Tomaten) | 50 g Butter oder Margarine |
| 1 Bund Frühlingszwiebeln | Salz, Pfeffer, Zucker |
| | 1 Bund Oregano oder Basilikum |

1. Tomaten an der Unterseite keilförmig anritzen. Kurz in siedendes Wasser tauchen, mit der Schaumkelle herausnehmen, abschrecken, häuten und die Stielansätze keilförmig herausschneiden.
2. Tomaten vierteln, entkernen und grob würfeln.
3. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in feine Ringe schneiden und im heißen Fett andünsten.
4. Tomatenwürfel dazugeben und bei milder Hitze einkochen lassen, bis der Sugo eine dickliche Konsistenz bekommt.
5. Mit den Gewürzen abschmecken. Oregano-Blätter von den Stielen zupfen, fein hacken und in die Soße geben. Schmeckt gut als Nudelsoße mit frisch geriebenem Parmesan oder auch als Pizzabelag. Für eine Bolognese-Soße: 500 g gut durchgebratenes und gewürztes Rinderhack zum Tomatensugo geben und noch 10 Min. köcheln lassen.

Gefüllte Tomaten vegetarisch

Zutaten für 4 Personen:

| | |
|--------------------|------------------------------|
| 500 g Blattspinat | Salz, Pfeffer |
| 1 kleine Zwiebel | 1 Prise geriebene Muskatnuss |
| 1 Knoblauchzehe | 100 g Tilsiter Käse |
| 2 EL Pinienkerne | 4 feste Fleischtomaten |
| 1 EL Butter | 1 EL Butter |
| 75 g Crème fraîche | |

1. Den Spinat sorgfältig waschen und verlesen. Dann tropfnass in einen Topf geben und unter Rühren etwa 15 Min. dünsten. Den Spinat abtropfen lassen, ausdrücken und grob hacken.
2. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf zerlassen und Zwiebel- sowie Knoblauchwürfel darin glasig dünsten. Spinat dazugeben und kurz mit dünsten. Den Topf vom Herd nehmen.
3. Pinienkerne sowie Crème fraîche unter den Spinat rühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig abschmecken. Den Tilsiter Käse grob reiben.
4. Tomaten waschen, das obere Drittel jeder Tomate abschneiden und mit einem Teelöffel aushöhlen. Mit einem Apfelausstecher den Stielansatz entfernen. Dann die Spinatmasse in die Tomaten füllen.
5. Eine flache feuerfeste Form ausfetten und die Tomaten hineinsetzen. Mit dem Käse bestreuen und im Ofen bei 180 Grad überbacken. Wenn der Käse zerlaufen ist, die Deckel auf die Tomaten setzen und das Ganze noch etwa 15 Minuten erhitzen.

Tomaten-Basilikum-Soße

| | |
|-------------------------------|------------------|
| 1 EL Zitronensaft | 150 g Tomaten |
| 1 EL Zitronenschale, gerieben | 1 Prise Zucker |
| 300 g Crème fraîche | 1 Bund Basilikum |
| 5 EL Tomatenketchup | Salz und Pfeffer |

1. Crème fraîche mit Zitronensaft und -schale, Ketchup, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren.
2. Enthäutete, entkernte und gewürfelte Tomaten und gehacktes Basilikum unter die Mischung ziehen. Abschmecken und evtl. nachwürzen.