



Gefüllte Tomaten

Zutaten

(Für ca. 2–3 Portionen)

- 4 große Tomaten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Petersilie
- 400 g Hackfleisch
- 80 g geriebener Gouda
- 0,5 l Gemüsebrühe
- 1,5 EL Tomatenmark
- Oregano
- Paprikapulver
- Salz, Pfeffer
- Etwas Öl

Zubereitung

1. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch anbraten. Währenddessen die Zwiebeln klein würfeln und den Knoblauch fein hacken. Beides zum Hackfleisch geben und kurz mit anschwitzen. Kräftig mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Oregano würzen und abschmecken.
2. Von den Tomaten den Deckel abschneiden, vorsichtig aushöhlen und das Innere beiseitestellen. Das Grüne der Deckel entfernen, den Rest klein hacken und zu den Tomateninnereien geben. Die Tomaten mit dem Hackfleisch füllen.
3. Tomateninnereien und gehackte Deckel in die heiße Pfanne geben, aufkochen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Köcheln lassen, bis das Tomatenwasser vollständig verdampft ist. Sobald es brutzelt, das Tomatenmark kurz mit anschwitzen. Mit Gemüsebrühe ablöschen und etwa 3 Minuten kochen, bis die Flüssigkeit auf die Hälfte reduziert ist. Die Tomaten in die Sauce setzen, mit etwas Käse bestreuen und bei 180 °C für 10–12 Minuten in den Ofen geben.
4. Etwas Sauce auf einen Teller geben, eine gefüllte Tomate daraufsetzen und mit Petersilie bestreuen.

www.hoffmann-germany.de

STONI SCHMORPFANNE



PFAS-FREE



„Kochen, Rezepte und Inspiration“
Werde Teil unserer Facebook Gruppe!

GRUPPE BEITRETEN



Die besten

CADLEKOCHT
mas REZEPTE