

Gefüllte Tomaten



Zubereitung (4 Personen)

8 Tomaten
600 g Hackfleisch
200 g Brät
4 EL Tomatenkonzentrat
1 Bund Peterli
Etwas Pfefferminzblätter
1 Zwiebel
1 Hand voll Langkornreis
Salz, Pfeffer
Olivenöl
Bouillon

- Tomaten Deckel abschneiden und aushöhlen
- Ausgehöhlte Tomaten in Gratinform füllen
- Tomatenfüllung in Würfeli schneiden
- Kräuter und Zwiebel fein hacken
- Tomatenwürfeli + Hackfleisch + Brät + Tomatenkonzentrat + Kräuter + Zwiebel + Reis mischen und würzen
- Ausgehöhlte Tomaten füllen
- Tomatendeckel draufsetzen
- Gratinform mit Bouillon + 2 EL Olivenöl ca 3 cm hoch füllen
- in vorgeheiztem Ofen in der Mitte bei 180 Grad 30 Minuten kochen

kann auch in einer Pfanne gekocht werden
kann am Vorabend vorbereitet werden