



Vorspeise oder Beilage

Gefüllte Tomaten mit Parmesan/Spinat

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

8 Stück Fleischtomaten, gross
400 gr Blattspinat, frisch oder tiefgekühlt
2 Stück Zwiebeln, fein gehackt
2 EL Butter
3 Zehen Knoblauch, fein gehackt oder gepresst
Muskat
250 gr Parmesan, frisch gerieben
Aromat, Salz und Pfeffer aus der Mühle
Petersilie

Zubereitung:

Backofen	Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
Tomaten	Die Tomaten waschen und den Strunk vorsichtig heraus-schneiden. Deckel abschneiden und mit einem Teelöffel oder Kugelausstecher die Tomaten aushöhlen. Kräftig mit Aromat, Salz und Pfeffer würzen.
Blattspinat	Den Blattspinat verlesen, waschen, abtropfen lassen und evtl. Stiele abschneiden.
Kasserolle, Butter, Zwiebeln, Knoblauch, Blattspinat sowie die Hälfte des geriebenen Parmesankäses Aromat, Salz und Pfeffer sowie Muskat	Die Butter erhitzen und die feingehackten Zwiebeln sowie den Knoblauch andünsten. Blattspinat dazugeben und mitdünsten. Die Hälfte des geriebenen Parmesans daruntermischen. Mit Aromat, Salz und Pfeffer sowie etwas Muskat abschmecken. Auf kleinem Feuer 3-4 Minuten dünsten. Vom Feuer nehmen und leicht erkalten lassen.
Gratinform ausbuttern	Eine Gratinform ausbuttern. Die Tomaten mit der Spinat-Käsemasse füllen und in die Gratinform setzen. Den restlichen Parmesankäse darüberstreuen und mit einem Butterflöckli belegen. Im vorgeheizten Backofen, auf mittlerer Schiene, während 10 bis 15 Minuten gratinieren. Beim Anrichten mit etwas Petersilie garnieren.

Tipp:

Um es etwas deftiger zu machen können Speckwürfeli zusammen mit den Zwiebeln angebraten und darunter gemischt werden.