



Rezept

Gefüllte Sommertomaten

Passen perfekt zu einem bunten Salat an einem lauen Sommerabend.

30 Min

Aktive Zeit



67 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

GEFÜLLTE TOMATE

- 1.5 kg Tomaten
- 1 Zwiebel, gehackt **Saison**
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 2 EL Oregano, Blätter abgezupft, fein gehackt
- 200 g Bulgur
- 100 g Baumnüsse, fein gehackt
- Salz, Pfeffer
- 4 EL Olivenöl

Und so wird's gemacht

1 von 2

ZUBEREITEN Den oberen Drittel der Tomaten abschneiden, beiseitelegen. Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen, hacken, in eine Schüssel geben. Zwiebel und alle Zutaten bis und mit Baumnüsse begeben, mischen, würzen. Masse in die Tomaten füllen, beiseitegelegte Deckel daraufsetzen. Tomaten in die Form stellen.

2 von 2

BACKEN In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens ca. 40 Minuten backen. Öl darüberträufeln.