



Gefüllte Tomaten mit Lammhackfleisch

Gefüllte Tomaten im Ofen überbacken sind ganz einfach gut. Die Füllung ist aus Lammhackfleisch gemacht, gewürzt mit Zwiebel, Salbei, Senf und Knoblauch, das ist würzig, aber nicht zu deftig. Lammhackfleisch ist zart und kommt mit einer eher kurzen Garzeit aus. Auch in die Tomate eingeschlossen ist es im Ofen bei 180° in 40 Minuten gar. Ein einfaches Rezept, das sehr attraktiv daherkommt.

Als Beilage passt Reis sehr gut, aber auch einfach so, ohne Beilage, sind sie ein Genuss.

Zutaten (1-2 Portionen)

150g Lammhackfleisch
3 grössere Tomaten
1/2 mittlere Zwiebel
4-5 frische Salbeiblätter
1 Knoblauchzehe
1 Eigelb
1Tl Dijon-Senf
10g Gruyère gerieben
Kräutersalz
Salz und Pfeffer
Olivenöl

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch klein hacken. Salbei in feine Streifen schneiden. Zusammen in Olivenöl dünsten bis die Zwiebel glasig und ganz leicht braun wird. Etwas auskühlen lassen.

Hackfleisch in ein Schüssel geben, Eigelb und die gedünsteten Zwiebeln zugeben.

Grosszügig mit Salz und Pfeffer würzen und von Hand gut verkneten.

Einen Deckel auf der gegenüber dem Stielansatz liegenden Seite von den Tomaten abschneiden. Tomaten aushöhlen und mit Kräutersalz würzen.

Hackfleisch in die Tomaten einfüllen. Mit wenig Gruyère bestreuen und den Deckel aufsetzen.

In die Mitte des auf 180° vorgeheizten Ofens schieben und ca. 40 Minuten gratinieren.







