

Rezept 028 : Überbackene Paradeiser mit Spinatfülle

Zutaten :

4 große feste Paradeiser
120 g Blattspinat
1/2 Zwiebel fein geschnitten
40 g Butter
30 g geriebener Käse
Salz
Pfeffer
1 Knoblauch gehackt

Zubereitung :

Von den Paradeisern die Kappe abschneiden. Aus den Paradeisern die Kerne sowie das Fruchtfleische mit einem Löffel entfernen (Inhalt wird nicht mehr gebraucht).

Backrohr vorheizen auf 250 °C.

Butter in einer Pfanne erhitzen und den Zwiebel sowie den Knoblauch anrösten, den gehackten Blattspinat dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Spinat in die ausgehöhlten Paradeiser füllen.

Eine feuerfeste Form mit Olivenöl ausstreichen, Paradeiser in die Form setzen und mit Käse bestreuen und im vorgeheizten Backrohr etwa 8 bis 10 Minuten überbacken - bis der Käse schön goldgelb - braun ist..

Dazu passt ein kompakter Weißwein.

Guten Geschmack !