

Gefüllte Tomaten

Zutaten für 2 Personen

- 3 große Tomaten
- 4 EL Parmesan, fein gerieben
- 4 EL Paniermehl
- 4 EL Olivenöl
- ein paar Kräuter (bei mir Petersilie, ein Blatt Salbei, ein paar Rosmarinnadeln)
- 1 TL Kapern
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Schalotte
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Den Ofen auf 180° vorheizen.

Die Tomaten waschen und halbieren. Mit einem Löffel die Kerne auskratzen und mit einem Messer den Stielansatz aus den entsprechenden Hälften herausschneiden.

Kräuter, Kapern, Knoblauchzehe und Schalotte fein hacken. In einer Schüssel mit Parmesan und Paniermehl vermischen. Olivenöl zufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Masse mit einem Löffel in die Tomatenhälften füllen und etwas andrücken.

Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und für 30 Minuten backen.