



Tomaten mit Hackfleischfüllung

Gerade im Sommer hat man eigene Tomaten und möchte diese nicht nur zu Sauce verarbeiten. Da sind diese gefüllten Tomaten eine tolle Alternative.

Mit der Gewürzmischung haben sie einen leicht orientalischen Touch. Wir mögen sie sehr.

8 grosse Peretti-Tomaten (längliche Sorte), je ca. 120 g

Füllung

300 g gehacktes Rindfleisch

Öl zum Anbraten

½ Teelöffel Salz

Pfeffer aus der Mühle

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 kleiner roter Chili, entkernt - je nach Vorliebe

½ Teelöffel Kümmelpulver

¼ Teelöffel Zimt

1 Messerspitze Nelkenpulver

½ Teelöffel Kardamompulver

1 Lorbeerblatt, fein gehackt

150 ml Fleischbrühe

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

180 g Crème fraîche (Schmand)

Zubereiten

Zwiebel schälen und hacken. Knoblauch schälen und hacken. Chili entkernen und hacken. Tomaten längs halbieren, aushöhlen. Ausgehöhltes hacken, beiseite stellen.

Füllung

Fleisch im heissen Oel portionenweise anbraten, herausnehmen, würzen und warm stellen. Wenig Öl dazugeben, restliche Zutaten bis und mit Lorbeer beifügen, dünsten. Mit der Fleischbrühe ablöschen. Ausgehöhltes und Hackfleisch zugeben, zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Füllung in den Tomatenhälften verteilen, in eine gefettete, ofenfeste Form legen.

Schmoren

Zugedeckt ca. 20 Minuten in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Crème fraîche (Schmand) dazu servieren.

Als Beilage kann Basmati-Reis dazu serviert werden.

