

Geschmorte Tomaten

Zutaten für 2 Portionen

Für die Tomaten

- 500 g Tomaten - häuten, vierteln und entkernen
- 8 schwarze Oliven - entsteinen und grob hacken
- 6 grüne Oliven - entsteinen und grob hacken
- 2 Knoblauchzehen - 1 Zehe in feine Scheiben schneiden; die andere fein hacken

Weitere Zutaten und Gewürze

- Olivenöl zum Fetten der Auflaufform
- 2 TL Thymian
- 1/2 TL abgeriebene Schale einer Zitrone
- Pfeffer
- etwas Kräutersalz
- etwas braunen Zucker
- 1/3 Bund Petersilie - fein hacken

Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 20 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 1 Stunde

Den Backofen auf 140° C vorheizen. Eine Auflaufform mit Olivenöl bestreichen.

Die Knoblauchscheiben mit dem Thymian in der Auflaufform verteilen. Die entkernten Tomatenviertel dazulegen, mit Zucker, Pfeffer und Kräutersalz bestreuen.

1 Stunde im Ofen schmoren lassen. Anschliessend auskühlen und bei Raumtemperatur 1-2 Stunden ziehen lassen.

Für das Olivenhack die Oliven, die gehackte Knoblauchzehe, die Petersilie und die abgeriebene Zitronenschale vermengen. Mit Pfeffer würzen.

Die Tomaten auf einer Platte anrichten, das Olivenhack darüber geben und mit dem übrig gebliebenen Tomatensaft vom Schmoren übergiessen.

Nährwerte pro Portion

Kalorien: 568 kcal, Kohlenhydrate: 16 g, Eiweiss: 6 g, Fett: 51 g



Link zum Rezept

<https://zdg.de/geschmorte-tomaten.html>