

Gefüllte Tomate mit Melisse, Quark und Pimento

Für 2 Personen

1 große mehligk. Kartoffel Salz, Pfeffer 2 große Fleischtomaten
100 g Quark (40%) 50 g Parmesan, fein gerieben 1 EL Olivenöl

Für die Melissen-Paste:

1 Bund Zitronenmelisse 1 Bund Blattpetersilie 1 Zweig Liebstöckel
1 Zweig Basilikum 1 Knoblauchzehe 2 Sardellenfilets
2 EL Olivenöl Salz, Cayennepfeffer

Für die Pimentosauce:

1 rote Paprikaschote 4 EL Olivenöl Salz, Cayennepfeffer

Kartoffel in der Schale kochen, schälen und durch eine Presse drücken und mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten schälen, Strunk entfernen und den Deckel vorsichtig abschneiden, Kerne entfernen und die Tomate aushöhlen. Den Quark ebenfalls mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Melissenpaste:

Von der Melisse, Petersilie, Liebstöckel und Basilikum die Blätter abzupfen und in gesalzenem Wasser kurz garen, in kaltem Wasser abschrecken. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Kräuter mit Sardellenfilets, Knoblauch und Olivenöl zu einer dicken Paste mixen. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Tomaten mit der Kartoffelmasse füllen, Melissenpaste auf die Kartoffel geben. Den Quark ebenfalls auf die Tomaten geben. Tomaten in eine Auflaufform setzen, mit Olivenöl beträufeln und mit Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten backen.

Für die Pimentosauce:

Paprika, halbieren, entkernen, Strunk entfernen und die Paprika klein schneiden. In einem Topf mit 50 ml Wasser Paprikastücke langsam weich kochen. Paprikastücke mit Olivenöl mit einem Pürierstab aufmixen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen, dann durch ein Sieb passieren. Pimentosauce in die Teller geben, die überbackenen Tomate aufsetzen und mit Melisse garnieren.

Jörg Sackmann am 09. Juli 2013