

# Gefüllte Tomate

## Für 4 Personen

4 Fleischtomaten	2 rote Zwiebeln	2 Zweige Thymian
3 EL Olivenöl	200 g Sahne	500 ml Gemüsebrühe
Salz	Zucker	Pfeffer
1 Prise Kreuzkümmel, gemahlen	Zimt, gemahlen	150 g Maisgrieß (Polenta)
500 g Blattspinat	100 g Pistazien	80 g Parmesan
2 EL Butter	1 Knoblauchzehe	

Die Tomaten waschen, kreuzweise einschneiden und kurz in kochendem Wasser überbrühen, direkt in einer Schüssel mit Eiswasser abkühlen und die Haut abziehen.

Von den abgezogenen Tomaten einen Deckel abschneiden und beiseitelegen.

Die Tomaten mit einem Löffel aushöhlen, das Tomateninnere in einen Mixbecher geben und kurz pürieren.

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Thymian abbrausen und trocken schütteln.

In einem breiten Topf die Hälfte vom Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Das Tomateninnere dazu geben und mit Sahne und Gemüsebrühe aufgießen und aufkochen. Mit Salz, Zucker, Pfeffer, Kreuzkümmel und 1 Prise Zimt abschmecken.

Den Maisgrieß einrühren, die Thymianzweige zugeben und bei kleiner Hitze den Grieß ca. 15 Minuten quellen lassen, dabei immer wieder umrühren.

In der Zwischenzeit den Spinat putzen, gut waschen und abtropfen lassen.

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Pistazien grob hacken, den Parmesan reiben.

Pistazien, Parmesan und Butter unter den gequollenen Grieß rühren, Thymianzweige entfernen.

Die ausgehöhlten Tomaten innen und außen mit Salz, Zucker und Zimt würzen. Die Grießmasse einfüllen.

Gefüllte Tomaten in eine Auflaufform setzen und 5 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

Knoblauch schälen und andrücken.

In einer Pfanne übriges Olivenöl erhitzen. Spinat und Knoblauchzehe zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz würzen.

Anschließend den Spinat in ein Sieb geben und abtropfen.

Die Tomaten aus dem Ofen nehmen. Spinat auf den gefüllten Tomaten verteilen, Tomatendeckel aufsetzen.

Etwas vom restlichen Polentagrieß auf den Teller geben und die Tomaten daraufsetzen, sonst sind sie sicher auf den Tellern fixiert.

Jacqueline Amirfallah am 08. September 2021