

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____



Gefüllte Gemüse: **Tomaten mit Kartoffel-Paprika-** **Füllung**



Menge	Zutaten	Zubereitung
300 g	Kartoffeln (Sorte: vorwiegend festkochend)	waschen, große halbieren, im DDT 13 Min. dämpfen oder ca. 30 Min. in der Schale kochen, abgießen auskühlen lassen
4	Fleisch-Tomaten	waschen, Deckel abschneiden, Fruchtfleisch herauslösen. Tomaten innen trocken tupfen, in gefettete Auflaufform setzen
1	Paprikaschote, gelb	Tomaten-Fruchtfleisch klein würfeln waschen, entkernen, fein würfeln
1 Bund	Lauchzwiebeln	waschen, in feine Ringe schneiden
1	Knoblauchzehe	schälen, durch die Knoblauchpresse drücken
3 El	Olivenöl Salz, Pfeffer	gekochte Kartoffeln pellen, klein würfeln erhitzen, Gemüse 5 Min. andünsten, mit abschmecken
4	Eier	mit
2 El	Schmand	
2 El	Mehl	
60 g	Gouda, grob geraspelt Salz, Pfeffer	verquirlen, mit würzen
		Backofen vorheizen: Heißluft 180 ° C Gemüse und Eiemischung in die Tomaten einfüllen, Deckel aufsetzen, in Auflaufform geben 30 – 40 Min. Backen