

## Kochen mit Stern | Tomates farcies – Gefüllte Tomaten mit Hack und Reis

---

---

### Zutaten für 2 Personen:

- 2 große Fleischtomaten
- 100 – 200 g Hackfleisch Halb & Halb (je nach Größe der Tomaten)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zweige Minze
- 1/2 Bund glatte Petersilie
- 1/2 weiße Zwiebel
- 1/2 Kugel Mozzarella
- 1/2 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 10 g gekochter Reis
- 50 – 100 g ungekochter Reis
- 2 EL Olivenöl
- 250 ml Tomatensaft
- 1 Schuss Tabasco
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung:

Von den Tomaten den oberen Deckel abschneiden und die Tomaten aushöhlen. Das Tomatenfleisch in einem Sieb abtropfen lassen und das Tomatenwasser auffangen. Die ausgehöhlten Tomaten mit etwas Salz bestreuen und umgedreht für 15 Minuten auf ein Küchentuch setzen, damit überschüssige Flüssigkeit austreten kann.

Knoblauch, Zwiebel und Petersilie klein hacken und mit dem Tomatenwasser gründlich mit den Händen unter das Hackfleisch mischen. Die Tomaten jeweils mit 1 Löffel vom gekochten Reis füllen, dann mit Hackfleisch ausfüllen. Oben auf jeweils 1 Scheibe Mozzarella legen. Mit etwas Olivenöl beträufeln, salzen und pfeffern. (Den Mozzarella vorher leicht im Tiefkühlfach anfrieren, dann schneidet er sich besser.) Zum Schluss den Tomatendeckel draufsetzen.

In einer Backform den ungekochten Reis verteilen und darauf die gefüllten Tomaten setzen. Der Reis fängt die Flüssigkeit während des Backens auf und verhindert, dass die Tomaten auseinanderfallen.

Tomaten im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 20 – 30 Minuten backen.

In einer Schüssel Tomatensaft, gehackte Minze, Zitronensaft und einen Schuss Tabasco vermischen, salzen, pfeffern und auf 2 Tellern als Saucen-Spiegel verteilen. Darauf die gebackenen Tomaten setzen.

*Rezept: Vincent Moissonnier*

*Quelle: live nach neun – Kochen mit Stern*