

## Rezept

# Tomaten-Bruschetta

Ein Rezept von Tomaten-Bruschetta, am 14.04.2026

## Zutaten

<b>4</b> reife Strauchtomaten (ca. 00 g)	Salz, frisch gemahlener Pfeffer
<b>3 EL</b> Olivenöl	<b>6 Scheiben</b> altbackenes Ciabattabrot (oder 12 Scheiben Baguette)
<b>1 kleines Bund</b> Rucola	<b>2</b> Knoblauchzehen
Backpapier	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 250 kcal

## Zubereitung

1. Die Tomaten auf der »runden« Seite kreuzförmig einritzen und den Stielansatz auf der anderen Seite mit einem spitzen Messer herausschneiden. Die Tomaten 1 Min. in kochendes Wasser legen, mit einem Schaumlöffel (oder Pfannenwender) herausheben und kurz unter fließendes kaltes Wasser halten – das nennt man »kalt abschrecken«. Dadurch löst sich die Haut und lässt sich mit dem kleinen Messer ganz einfach abziehen. Die Tomaten quer halbieren, die Samen entfernen – das geht am besten mit einem Teelöffel oder den Fingern. Die Tomatenhälften in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und das Olivenöl untermischen.
2. Den Backofen auf 200° vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen. Die Ciabattascheiben halbieren (Baguettescheiben ganz lassen), auf dem Blech verteilen und im heißen Ofen (Mitte) von jeder Seite 3-4 Min. rösten, bis sie knusprig und goldbraun sind. Inzwischen den Rucola in stehendem kaltem Wasser waschen, trocken schütteln und die groben Stiele abschneiden. In einem Sieb abtropfen lassen.
3. Die Knoblauchzehen schälen und längs halbieren. Die heißen Brotscheiben mit den frischen Knoblauchschnittflächen einreiben, die Tomatenwürfel daraufhäufen und mit Rucolablättchen garnieren. Sofort warm servieren.