

Rezept

Tomaten mit Hüttenkäse

Ein Rezept von Tomaten mit Hüttenkäse, am 23.04.2024

Zutaten

4 große schnittfeste Tomaten (ca. 500 g)	Salz
1 kleine vorwiegend fest kochende Kartoffel	1 mittelgroße Möhre
2 EL rote Linsen	150 ml Gemüsebrühe
75 g Hüttenkäse	2 EL Cashewkerne
Garam Masala	Pfeffer
1 Stück frischer Ingwer (ca. 2 cm)	1 EL Butter
1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel	75 ml Kokosmilch
75 ml Gemüsebrühe	1/2 TL edelsüßes Paprikapulver

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten kurz überbrühen, häuten und einen Deckel abschneiden. Die Früchte mit einem Kugelausstecher aushöhlen, das Fruchtfleisch beiseite stellen. Die Tomaten innen leicht salzen und umgedreht abtropfen lassen.
2. Die Kartoffel und die Möhre waschen, schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Mit den Linsen und der Gemüsebrühe aufkochen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 15-20 Min. garen, bis die Brühe aufgesogen ist.
3. Den Hüttenkäse abtropfen lassen. Die Cashewkerne grob hacken. Das Gemüse grob zerstampfen. Den Hüttenkäse und die Cashews unter das Püree ziehen. Mit Garam Masala, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Gemüsemasse in die Tomaten füllen und die Deckel auflegen.
4. Für die Sauce den Ingwer schälen und fein würfeln. Die Butter in einem großen Topf erhitzen. Den Ingwer, Kreuzkümmel und etwas Garam Masala bei schwacher bis mittlerer Hitze darin dünsten, bis es duftet. Das Tomatenfruchtfleisch einrühren und sanft weich schmoren. Kokosmilch, Brühe und Paprikapulver einrühren. Die Sauce aufkochen und offen 5 Min. einkochen lassen. Mit Salz abschmecken.
5. Die gefüllten Tomaten in die Sauce setzen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 7-15 Min. garen, bis sie weich sind, aber nicht zerfallen. Die Tomaten portionsweise anrichten. Mit Basmati-Reis servieren.