

Rezept

# Tomatenpfanne

Ein Rezept von Tomatenpfanne, am 24.01.2025

## Zutaten

- |                                 |                               |
|---------------------------------|-------------------------------|
| <b>1</b> Knoblauchzehe          | <b>2</b> kleine Tomaten       |
| <b>1 TL</b> Olivenöl            | Salz                          |
| Pfeffer                         | 1/2 TL getrockneter Thymian   |
| <b>50 g</b> körniger Frischkäse | Paprikapulver, edelsüß        |
| <b>1 TL</b> gehacktes Basilikum | <b>1</b> Scheibe Vollkornbrot |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 1 PERSON | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal

## Zubereitung

1. Den Knoblauch schälen. Die Tomaten waschen, in Scheiben schneiden, dabei den Stielansatz entfernen.

---

2. Das Öl in einer kleinen beschichteten Pfanne erhitzen. Tomaten hineingeben, Knoblauch durch die Presse dazudrücken und die Tomaten bei schwacher Hitze auf jeder Seite 2-3 Min. braten. Salzen, pfeffern und mit Thymian bestreuen.

---

3. Den Frischkäse mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Basilikum verrühren. Auf das Brot streichen und zu den Knoblauch-Tomaten essen.