

Mit Tofu gefüllte Tomaten

ZUTATEN für 3 Portionen

500g alberts TofuNATUR
6 Fleischtomaten
1 bis 2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer
LupinenSauce
Basilikum
Öl zum Braten

ZUBEREITUNG 45 Minuten

Die Tomaten von der Unterseite gerade aufschneiden und mit einem Löffel aushöhlen.

Den alberts TofuNATUR mit der Hand zerbröseln und mit den gewürfelten Zwiebeln und dem gepressten Knoblauch anbraten. Im Anschluss mit der LupinenSAUCE und dem geschnittenen Basilikum würzen.

Die Tomaten mit dem Tofu füllen und mit dem abgeschnittenen Tomatenstück abdecken.

Das Fruchtfleisch der Tomate pürieren, den übriggebliebenen Tofu dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine feuerfeste Form fetten, die pürierten Tomaten dazugeben und die gefüllten Tomaten in die Sauce geben.

Je nach gewünschter Bissfestigkeit die Tomaten für 15 bis 30 Minuten bei ca. 180 C° im Backofen garen.

Als Beilage empfiehlt sich Reis