



Leichter kochen,
besser essen!

hellofresh.de | kundenservice@hellofresh.de



KW 13 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf [f](#) [t](#) [i](#) [p](#)
2015

Überbackene Tomaten

auf geschmortem Rucola und cremigem Risotto

■ Risotto ist immer lecker! Und wenn man einmal gelernt hat wie es geht, kann man seine Gäste immer aufs Neue damit begeistern, denn Risotto ist ein sehr wandelbares Gericht. Das Geheimnis eines guten Risottos? Rühren, rühren, rühren! Liebe Ariana, wir wünschen Dir und Deiner Mama einen guten Appetit!



40 min.



Stufe 2



Große Tomaten



Rucola



Mozzarella



Crème fraîche



Zwiebel



Knoblauch



Risottoreis

Zutaten in Deiner Box	2 Personen.....	4 Personen.....
Große Tomaten	2	4
Rucola	100 g	200 g
Mozzarella 7)	125 g	250 g
Crème fraîche 7) ⊕	75 g	150 g
Zwiebel	½	1
Knoblauch (solo)	⅛	¼
Risottoreis	150 g	300 g

⊕ Ggf. auch für andere
Rezepte verwenden

Allergene
7) Lactose

Nährwerte pro Person
Kalorien: 605 kcal
Kohlenhydrate: 53 g,
Fett: 26 g, Eiweiß: 33 g
Ballaststoffe: 9 g

Gut im Haus zu haben
Butter, Olivenöl, Salz, Pfeffer, (Gemüse-)Brühe (bei 4 Personen Mengen verdoppeln)

Was zum Kochen gebraucht wird
Ofen, Auflaufform, kleiner Topf, große Pfanne, Küchentuch

2



1 Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. **Tomaten** waschen, halbieren und Strunk entfernen. **Rucola** waschen und trocken schütteln. **Mozzarella** abgießen und würfeln.

2 Eine Auflaufform leicht mit Butter einfetten: **Rucola** darin verteilen, **Tomaten** (Schnittseite nach oben) darauflegen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. 1 TL **Crème fraîche** auf den **Tomaten** verteilen, diese dann mit **Mozzarella** bestreuen. Im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 15–20 Min. garen.

3



3 **Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen und fein hacken. 750 ml **Brühe** zubereiten und in einem kleinen Topf warmhalten. 1 TL **Olivenöl** und 1 TL **Butter** in einer großen Pfanne erwärmen. **Zwiebeln** und **Knoblauch** darin 2--3 Min. glasig dünsten. **Risottoreis** zugeben, ca. 1 Min. mitbraten.

4 Dann 250 ml **Brühe** zugeben und unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis der **Reis** die Flüssigkeit komplett aufgesogen hat. Die Hitze etwas erhöhen. Restliche **Brühe** nach und nach unter ständigem Rühren zugeben bis der Reis gar ist (ca. 20 Min.). Vorsicht: Kann schnell anbrennen!

4



5 **Risotto** von der Herdplatte nehmen. 2 TL **Crème fraîche** untermischen und mit einem Küchentuch bedeckt ein paar Minuten ziehen lassen.

6 **Risotto** mit Tomatenhälften und **Rucola** auf Tellern verteilen und genießen!

6

