

Kochen mit Klaus

Herzhaft gefüllte Zwiebeln

Zutaten: (Für 3-4 Personen)

- 4 große Gemüsezwiebeln, Salz, 250 g gem. Hackfleisch, Pfeffer, Öl,
- 2 Knoblauchzehen, 1 mittlere Tomate, 200 g braune Champignons,
- 2 EL Bratensaft, 250 ml Brühe Mediterranea, 250-300 ml Rotwein,
- 3 EL Tomatenmark, 2 EL ungar. Paprikacreme, 2 EL TK-ital. Kräuter,
- Oregano, 100 g Schmand, 20 g gehob. Parmesan, 80 g Emmentaler

Zubereitung:

1. Pilze putzen u. fein würfeln. Tomate waschen u. fein würfeln. Zwiebeln u. Knoblauch abziehen. Zwiebeln ca. 10 Min. in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen u. aushöhlen. ½ des ausgelösten Zwiebelinneren (Rest für was anderes verwenden) u. Knofi fein würfeln. Zwiebeln, Knoblauch, Tomate, Pilze u. Bratensaft mit dem Hack vermischen, salzen u. pfeffern. Zwiebeln in eine Auflaufform setzen u. mit der Hackmasse befüllen.



2. Übrige Masse in Öl anbraten Tomatenmark u. Paprikacreme mitbraten. Brühe u. Rotwein zugießen u. dicklich einköcheln lassen. Kräuter u. Schmand unterrühren u. Sauce in die Auflaufform gießen.



3. Zwiebeln mit Parmesan belegen u. den Auflauf ca. 30 Min. bei 200°C im vorgeheizten Ofen garen. Emmentaler in Scheiben ca. 15 Min. vor Ende der Garzeit auf die Zwiebeln legen u. fertig garen.



Tipp des Chaoten: *Dazu Langkorn-Reis reichen.*



Erstellt von Klaus am 02.11.2010