



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW33 | 2024

Gefüllte Gemüsezwiebeln

4 Portionen

Zutaten

- 2 Gemüsezwiebeln
- Salz
- 40 g Butter oder Margarine
- 0,4 l Gemüsebrühe
- 1 Bund Basilikum
- Pfeffer
- 1 EL Crème fraîche
- 200 g Champignons
- 200 g Tomaten
- 200 g Frischkäse

Zubereitung

Die Zwiebeln werden geschält, halbiert und so ausgehöhlt, dass ein Rand von etwa 1 cm stehen bleibt. Danach werden die Zwiebelhälften für etwa 10 Minuten in kochendem Salzwasser vorgegart. Währenddessen werden die ausgelösten Zwiebelstücke grob gewürfelt. In einem Topf erhitzt man 25 g Fett und dünstet die Zwiebelstücke darin glasig an, löscht sie mit Brühe ab und lässt sie zugedeckt etwa 10 Minuten garen. Das Basilikum wird gewaschen, trocken getupft und die Blätter bis auf ein paar zum Garnieren abgezupft. Die Zwiebelstücke werden zusammen mit dem Basilikum püriert und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Diese Mischung lässt man etwa 5 Minuten einkochen, verfeinert sie mit Crème fraîche und gibt sie in eine flache Auflaufform. Die Champignons werden geputzt und geviertelt. Das restliche Fett wird in einer Pfanne erhitzt, um die Pilze kurz anzudünsten, danach werden sie beiseite gestellt. Die Tomaten werden gewaschen, gewürfelt und zu den Champignons gegeben. Diese Mischung wird ebenfalls mit Salz und Pfeffer gewürzt. Anschließend wird das Gemüse mit Frischkäse vermischt und in die abgetropften Zwiebelhälften gefüllt. Diese werden in die vorbereitete Soße gesetzt und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C etwa 30 Minuten gebacken. Das Gericht wird mit Basilikum garniert und passt super zu Reis.