

# Leichtes Rezept für den Sommer: geschmelzte Tomaten

Die geschmelzten Tomaten von SWR4 Koch Jörg Ilzhöfer sind ein aromatisches Gericht und eignen sich als mediterrane Hauptmahlzeit mit frischem Brot oder als leichte Beilage.

Schwierigkeitsgrad: leicht  
 Koch/Köchin: Jörg Ilzhöfer  
 Portionen: 4

## Einkaufsliste:

### Für die Füllung:

- Verschiedene Sorten Tomaten (geschnitten in zirka 0,5 Zentimeter dicke Scheiben)
- Kirschtomaten (halbiert)
- Olivenöl
- Knoblauchzehen nach Geschmack (geschält)
- Salz
- Pfeffer
- Rosmarin
- Zitronenabrieb
- Etwas Butter zum Aufschäumen
- Etwas frisch geriebener Parmesan

### Zubereitung:

Alle Tomaten zuerst vom Strunk befreien. Die großen Tomaten in Scheiben schneiden, die Kirschtomaten halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, dann den Knoblauch dazugeben. Anschließend die Tomaten einlegen und gemeinsam mit allen Gewürzen von beide Seiten zirka vier bis fünf Minuten leicht anbraten.

***Tipp: Es gibt etwa 3.000 verschiedene Tomatensorten. Im Handel sind aber nur noch wenige erhältlich! Und die Besten kommen sowieso aus dem eigenen Garten!***

***Tipp: Wenn Sie Knoblauch dazugeben, den Geschmack aber nur dezent haben wollen, halbieren Sie die Zehe der Länge nach und entfernen Sie den inneren, lockeren Keimling. So gehen 80 Prozent des intensiven Geschmacks verloren!***

Puderrucker auf die Tomaten aufstreuen und leicht karamellisieren lassen. Zum Schluss noch mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und nach Geschmack mit frisch geriebenem Parmesan oder anderem geriebenem Hartkäse bestreuen.

Die Tomaten anschließend aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller anrichten. In der noch gut warmen Pfanne die Butter gemeinsam mit dem restlichen Öl nochmals aufschäumen und über die Tomaten gießen.

***Tipp: Der Saft der Tomaten ergibt mit dem Öl und der Butter eine schmackhafte Soße!***

Die Tomaten mit einem frischen Brot servieren und den mediterranen Geschmack genießen!