



apoday® Rezepte

Mozzarella-Tomaten-Gratin

1 Scheibe Toastbrot
frisches Basilikum
Rosmarin
Petersilie
abgeriebene unbehandelte Zitronenschale
3 Tomaten
75 g fettarmer Mozzarella
Salz
Pfeffer
10 g Butter

Brotscheibe toasten, abkühlen lassen und zerbröseln. In der Zwischenzeit die Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken. Mit den Toastbröseln und etwas Zitronenschale mischen. Tomaten waschen, Stielansatz ausschneiden. Den fettarmen Mozzarella abtropfen lassen. Tomaten und Mozzarella in Scheiben schneiden. Tomaten- und Mozzarella-Scheiben abwechselnd dachziegelartig in eine flache Form schichten. Salzen und pfeffern. Anschließend mit der Bröselmischung bestreuen und Butterflocken darüber legen. Bei 200 °C im Backofen 5-6 Minuten überbacken. Mit etwas Rosmarin garnieren.

294 kcal (1231 kJ), 20,0 g Eiweiß, 16,0 g Fett,
17,5 g Kohlenhydrate