



CHEFKOCH.DE

Anzeige



Bruschetta mit Tomaten und Knoblauch

herrlich knusprig, gesund und tomatig-lecker - auch für Vegetarier-

Zuerst die Tomaten waschen, vom Grün befreien, halbieren und dann in kleine Würfel schneiden. Dann den Knoblauch sehr klein schneiden, zu den Tomatenstücken geben und mit gut 3 EL Öl sowie ~~1-2 TL Tomatengewürzsalz~~ mischen.

Unbedingt mindestens 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

*Inkl. Origano / Basilikum
(Salz erst am Schluss!)*

Den Backofen auf 180 - 200 °C (Umluft) vorheizen, die Tomatenstücke aus dem Kühlschrank nehmen.

Dann das Ciabatta in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und diese mit dem restlichen Öl beträufeln.

Backpapier auf ein Backofengitter legen (wichtig) und die darauf ausgebreiteten Ciabattascheiben in der Mitte des Ofens goldfarben backen - nicht zu dunkel, sonst werden sie zu hart, das dauert 5 - 8 Minuten.

Die Ciabattascheiben aus dem Ofen holen und mit den Tomaten-Knoblauch Gemisch belegen, 1/2 - 1 EL pro Scheibe.

Gelingt immer, toll für die Grillsaison, lässt sich gut vorbereiten, wenn Gäste kommen, und ist rein vegetarisch.

Arbeitszeit: ca. 20 Min.
Koch-/Backzeit: ca. 8 Min.
Ruhezeit: ca. 2 Std.
Schwierigkeitsgrad: simpel
Kalorien p. P.: ca. 390



Zutaten für 4 Portionen:

- Origano / Basilikum*
- ~~5~~ ~~Fleischtomate(n) oder~~ ~~Strauchtomaten~~ *Cherry Tomate*
- 2 Knoblauchzehe(n)
- 5 EL Olivenöl ~~oder Salatöl~~
- 2 Ciabatta
- ~~Gewürzmischung~~
(~~Tomatengewürzsalz~~),
1 TL ersatzweise Salz und Pfeffer aber in anderer Menge

Verfasser: ischilein