

# Gratinierte Tomaten mit Haferkleie

- für 4 Personen -

## Zutaten:

4 Tomaten

½ Pck. Frischkäse ( 100 g, 25 % Fett abs.)

1 El Rapsöl

1 El Haferkleie

Schnittlauch, Pfeffer, Salz

## Zubereitung:

Tomaten waschen, den Blütenansatz entfernen, die Tomaten halbieren und mit der Schnittfläche nach oben auf ein Backblech legen · Frischkäse mit Rapsöl und Haferkleie vermengen · mit Schnittlauch, Salz und Pfeffer abschmecken · Frischkäse auf die Tomatenhälften verteilen · ca. 20 Min. im Backofen bei 190 °C grillen

## Nährwertangaben:

1 Portion = 100 kcal, 2,5 g Ball., 17 mg tier. Chol.

0 KHE