

Gebackene Zwiebeln mit Maultaschenfüllung auf Tomatenragout



Zutaten:

Für 4 Personen:

- 4 große Gemüsezwiebeln
- 100 ml Gemüsebrühe

Füllung:

- 50 g Hackfleisch (halb & halb)
- 100 g Kalbsbrät
- 50 g TK-Spinat, gehackt
- 1 altbackenes Brötchen, gewürfelt
- ½ Bund Petersilie, gehackt
- 1 Ei
- Gewürze: Muskat, Pfeffer, Salz
- 400 g Tomatensoße
- Extra: Basilikum



Zubereitung

Die 4 großen Zwiebeln schälen und in einen Topf legen. Mit kochendem Salzwasser (1 EL Salz) zur Hälfte angießen und 12 Minuten garen. Danach herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Einen „Deckel“ von den Zwiebeln abschneiden und das Innere der Zwiebeln mit einem Kugelausstecher (oder Löffel) aushöhlen. Die Zwiebelmasse fein würfeln.

Für die Füllung die fein zerkleinerte Zwiebelmasse in einer Pfanne mit Öl 5 Minuten rührend anbraten. Brötchenwürfel in 50 ml heißem Wasser einweichen, gut ausdrücken.

Die Hälfte der angebratenen Zwiebeln mit dem ausgedrückten Brötchen, dem Spinat, dem Ei, den Gewürzen und der Petersilie mischen. Anschließend die Masse mit dem Hackfleisch & dem Brät gründlich verrühren.

Den Backofen auf 180°C (Ober- und Unterhitze) vorheizen.

Die Masse in die Zwiebeln füllen. Tipp: Falls Füllung übrig bleibt, können daraus kleine Fleischbällchen geformt und gebraten werden.

Die zweite Hälfte der angebratenen Zwiebeln in einer kleinen Auflaufform verteilen. 400 g Tomatensoße

darüber geben und die gefüllten Zwiebeln hineinlegen.

Mit Alufolie zudecken und im vorgeheizten Backofen bei 180°C 25 Minuten schmoren. Danach die Folie abnehmen und weitere 5 Minuten backen.

Tipp: Dazu schmecken knusprige Brötchen oder Kartoffelbrei.