

Champignon-Tomaten-Gratin mit Frühlingszwiebeln


Welche Tomaten man für diesen Gratin wählt, hängt von der Saison ab: Jetzt im Frühsommer werden es wohl eher die kleinen, aber aromatischen Cherrytomaten sein, später wählt man eher fleischige Sorten wie Ochsenherz oder Berner Rosen.

EIGENSCHAFTEN

 VEGETARISCH



ZUTATEN

 FÜR 2 PERSONEN

250 g Champignons

250 g Cherrytomaten oder Fleischtomaten, siehe Einleitung

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1 Bund Frühlingszwiebel

0.5 Bund glatte Petersilie

0.5 Bund Basilikum

0.5 Esslöffel Butter

2 Esslöffel Rapsöl oder Olivenöl

0.5 dl Weisswein

1 dl Rahm

2 Esslöffel Paniermehl

1 Esslöffel geriebener Sbrinz AOP

einige Butterflöckchen

NÄHRWERT

Pro Portion

11 g Eiweiss

35 g Fett

23 g Kohlenhydrate

475 g kKalorien

ZUBEREITUNG

- 1 Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.
- 2 Die Champignons rüsten und in dicke Scheiben schneiden. Die Cherrytomaten halbieren; verwendet man Fleischtomaten, bei diesen den Stielansatz keilförmig herausschneiden, die Tomaten waagrecht halbieren, wenn nötig leicht entkernen und in 2 cm grosse Würfel schneiden. Die Tomaten mit Salz und Pfeffer würzen. Die Frühlingszwiebeln rüsten und mitsamt schönem Grün schräg in etwa 1 cm breite Streifen schneiden. Die Petersilie und das Basilikum fein hacken.
- 3 In einer beschichteten Pfanne die Butter schmelzen. Die Frühlingszwiebeln unter Wenden 3–4 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einen Teller geben.
- 4 Das Öl in die Pfanne geben und kräftig erhitzen. Die Champignons darin sehr heiss leicht braun anbraten. Den Weisswein beifügen und gut einkochen lassen. Dann den Rahm beifügen und dickflüssig einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Frühlingszwiebel untermischen und alles in eine ausgebutterte Gratinform verteilen. Die vorbereiteten Tomaten mit den Kräutern mischen und über die Pilze verteilen.
- 5 Paniermehl und Sbrinz mischen und über das Gemüse verteilen. Den Gratin mit Butterflöckchen belegen.
- 6 Den Champignon-Tomaten-Gratin im 220 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 20 Minuten backen. Heiss oder lauwarm servieren.