

Gevulde tomaten met gefrituurde rucola

SONJA VAN DE RHOER

Dit eenvoudige voor- of lunchgerecht staat of valt met de kwaliteit van de gebruikte ingrediënten. Smakelijke tomaten, goede olijfolie, verse kruiden en vrije uitloopeieren. Ik zag het vorig jaar tijdens het Good Food Festival in Dubrovnik op een menukaart staan en was benieuwd wat de kok ervan gemaakt had. Niets bijzonders dus, gewoon de beste ingrediënten gebruikt waardoor het een heerlijk lunchgerecht was. Het Good Food Festival 2016 wordt dit jaar van 20 tot 23 oktober gehouden. Vier dagen culinair genieten van de specialiteiten van de streek, proeverijen van regionale wijnen en diverse workshops. Chef-koks geven demonstraties en in de restaurants worden speciale menu's geserveerd. Ik genoot van de gastronomische wandeltour door de stad. Historie en cultuur gecombineerd met lekker eten en drinken. Dubrovnik, maar ook Split als prachtige stad vol cultuur, is binnen 2 tot 2,5 uur te bereiken met een goedkope luchtvaartmaatschappij.

Snijd de kapjes van de tomaten en hol de tomaten uit (bewaren). Bestrooi de binnenkant van de tomaten met zout en zet ze op hun kop zodat ze kunnen uitlekken.

Pel de uien en hak ze fijn. Bak ze zachtjes glazig in de hete olijfolie. Voeg het in stukjes gesneden, uitgeholde tomatenvruchtvlees, zonder de harde kernen, toe. Laat zachtjes koken tot het vocht is verdampt. Voeg de fijngehakte peterselie, knoflook, oregano, peper en zout naar smaak toe. Klop de eieren los en schenk het mengsel over het tomatenmengsel. Roer regelmatig tot het mengsel begint te stollen.

Vul de uitgeholde tomaten met het mengsel, zet de kapjes erop en bak ze in een voorverwarmde oven van

190°C tot ze mooi gekleurd zijn.

Frituur intussen de gewassen en heel goed gedroogde rucola portie-gewijs, in een wok met een laagje hete olijfolie.

Serveer de tomaten op een bedje van gefrituurde rucola en garneer elke tomaat met een takje selderij dat onder het kapje uitsteekt. Heeft u toevallig nog 1 of 2 hardgekookte eieren, hak de dooiers dan fijn en strooi deze over de gefrituurde rucola.

Ingrediënten voor 4 personen

8-12 grote tomaten (totaal circa 1 kg)

120 gram uien

box 50

100 ml olijfolie

20 gram platte peterselieblaadjes

15 gram gepelde knoflookteentjes

2 takjes verse oregano of 0,5 theelepel gedroogde oregano

3 eieren

120 gram rucola

olijfolie voor het frituren

20 gram selderijblaadjes

peper, zout

eventueel hardgekookte eidooier voor het garneren