

Feta aus dem Ofen mit confierten Tomaten

Zutaten für die Tomaten (für 4 Personen):

- 500 g Kirschtomaten
- 1 TL brauner Zucker
- Salz
- Pfeffer
- 6 EL Olivenöl
- 4 Zehen Knoblauch
- 2 Lorbeerblätter
- frische, mediterrane Kräuter
- 2 rote Zwiebeln
- 4 EL dunkle Oliven
- 1 Bio-Zitrone
- frische Petersilie
- alternativ: frische Minze

Kirschtomaten säubern und halbieren. Mit der angeschnittenen Fläche nach oben in eine feuerfeste Form legen. Mit etwas Zucker, Salz und Pfeffer bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Zu den Tomaten geben. Lorbeerblätter zwischen die Tomaten stecken und Kräuter wie Thymian oder Rosmarin darüber streuen.

Ofen auf 80 Grad vorheizen, die Tomaten darin 30-40 Minuten langsam confieren (in Öl garen). Zwiebeln schälen und in feine Lamellen schneiden. Nach 20 Minuten mit den Oliven zu den Tomaten geben. Am Ende alles mit 1 Spritzer Zitronensaft beträufeln und mit dem Zitronenabrieb bestreuen.

Alternativ kann man die Tomaten gemeinsam mit dem Feta nur kurz und heiß im Ofen garen. Dann werden sie allerdings weicher und behalten nicht ihre Form.

Zutaten für den Feta:

- 2 Stück (à 200-250 g) Feta
- 2 Zehen Knoblauch
- einige Zweige Thymian
- 2 Zwiebeln
- Olivenöl

Ofen auf Grillstufe oder 200 Grad vorheizen. Den Feta in eine feuerfeste Schale legen. Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Alternativ frischen Knoblauch in Stücke schneiden und hacken. Thymianzweige in Stücke teilen oder die Blätter von den Stielen zupfen. Zwiebeln schälen und in Lamellen schneiden.

Alle vorbereiteten Zutaten zum Feta geben und alles großzügig mit Olivenöl begießen. Etwa 5 Minuten übergrillen. Bei normaler Ofenhitze braucht der Schafskäse etwa 8-10 Minuten Die Oberfläche sollte sich bräunen und der Käse weicher werden.

Zutaten für das Pfannenbrot (Naan):

- 500 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 450 g Joghurt
- 3 EL Olivenöl
- 1,5 TL Salz
- zum Braten: Pflanzenöl

Mehl und Backpulver mischen. Mit Joghurt, Olivenöl und Salz in eine Schüssel geben und zu einem leicht zähen Teig verkneten. 15 Minuten ruhen lassen. Danach auf einer bemehlten Fläche zu Fladen ausrollen und in einer Pfanne in Öl bei mittlerer bis hoher Temperatur goldbraun ausbacken.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 07.04.2024

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen