

Gevulde tomaten

⌚ 80 minuten 👤 4 📊 Gemakkelijk

bekijk het recept online



Bereiding

01 Pel de sjalotten en snijd ze fijn. Laat zachtjes bakken in de boter. Plet het geweekte paneermeel met een vork. Hak alle kruiden fijn.

02 Meng in een slakom het gehakt, de sjalotjes, het in Fresubin 2 kcal Drink Neutraal geweekte brood, het tot geklopte ei, de kruiden, zout en peper.

03 Verwarm de oven voor op 180°C. Was de tomaten, dep ze droog en snijd er een hoedje op.

04 Vul de tomaten met het mengsel, plaats de kapjes terug en schik ze in een licht ingeoliede ovenschaal. Besprenkel met olijfolie. Bak ongeveer 45 minuten. Serveer warm met rijst.

Ingrediënten

Fresubin 2 KCAL Drink Neutraal	200 ml
Wit brood	50 g
Grote tomaten	4
(Runder)gehakt	400 g
Sjalot	1
Boter	20 g
Ei	1
Gemengde verse kruiden	1 grote bos
Olijfolie	1 el

Gebruikte producten



Fresubin 2 KCAL Drink - 200 ml (neutraal)



Koken en bakken kunnen het gehalte aan vitaminen en mineralen in Fresubin verminderen. Als u vragen of zorgen heeft, raadpleeg dan uw zorgverlener. De getoonde afbeeldingen zijn serveersuggesties en dienen uitsluitend ter illustratie. Gerechten kunnen variëren door productieprocessen. Allergenen kunnen aanwezig zijn; controleer altijd het etiket van het individuele product en de ingrediënten.

Fresubin is voeding voor medisch gebruik. Enkel te gebruiken onder medisch toezicht.