



Tomatokeftédes – Tomatenpuffer

Ein Rezept von Nadia-Alexia Challah

Zutaten (für zehn Puffer):

500 g aromatische, kleine Tomaten oder Kirschtomaten
1 Zwiebel
3 Frühlingszwiebeln
3-4 EL Mehl
1 TL Backpulver
2 EL gehackte frische Minze
2 EL gehackte frische Petersilie
1 EL gehacktes frisches Basilikum
Oliven- oder Pflanzenöl zum Braten
Salz und Pfeffer

Optional:

2 EL Salzkapern
200 g Fetakäse
4 EL Semmelbrösel oder Panko (japanisches Paniermehl)

Joghurdip:

500 g Griechischer Joghurt
½ Zitrone Schalenabrieb
1 EL frische Minze gehackt
Salz & Pfeffer
1 Würfel Hefe
Zucker
300 g Weizenmehl Type 405
100 g Hartweizengrieß
2 EL Olivenöl
Salz

Zubereitung:

Zunächst die Tomaten in kleine Stücke schneiden, eine Prise Salz hinzufügen, in ein Sieb geben und etwa eine Stunde abtropfen lassen. Gegen Ende mit einem Löffel die Tomatenstücke etwas gegen das Sieb drücken, so dass so viel Flüssigkeit wie möglich entweicht. Sollten die Tomaten sehr wässrig sein, kann auch ein Passiertuch verwendet werden. Zwiebeln und Kräuter hacken und mit den Tomaten mischen. Salzen und pfeffern. Drei Esslöffel Mehl mit dem Backpulver vermengen und löffelweise zur Tomatenmischung geben. Eventuell noch einen vierten Löffel Mehl hinzufügen, je nachdem wie viel Wasser die Tomaten abgegeben haben. So viel Mehl hinzufügen, dass die Mischung formbar ist und nicht auseinanderfällt.

Optional können ein Stück zerbröselter Feta und/oder gehackte Salzkapern in die Mischung gegeben werden (dann die Mischung etwas weniger salzen).



Die Mischung anschließend für mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen, damit sich die Aromen vermischen und die Masse fester wird. (Die Mischung kann auch schon am Vortag zubereitet werden und solange im Kühlschrank bleiben)

Anschließend aus der Tomatenmasse mit den Händen kleine Bällchen mit circa vier Zentimeter Durchmesser formen. Wer es knuspriger mag, kann die Bällchen noch in etwas Semmelbrösel oder Panko wälzen.

In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, die Bällchen hineingeben und plattdrücken, so dass sie eine Pufferform bekommen. Von beiden Seiten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und in eine Schale mit Küchenkrepp legen, so dass das Fett aufgesogen wird.

Für den Joghurdip den Joghurt mit frischer, fein gehackter Minze und etwas Zitronenabrieb vermengen, salzen und pfeffern. Tomatokeftédes mit dem Joghurt Dip servieren.