



*Lieblingsrezept*  
AROMATISCH & LECKER

weitere  
Rezepte:



# TOMATEN-SCHIFFCHEN

PORTIONEN: 1

ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MIN

KOCHZEIT: 00 MIN

## ZUTATEN:

5 Rispentomaten  
(halbiert)  
1 Möhre  
2 Paprikas (2 Farben)  
1/2 Gurke  
Petersilie oder  
Schnittlauch  
Zahnstocher

## ZUBEREITUNG:

1. Tomaten waschen, 4 davon halbieren und mit einem Löffel aushöhlen. 1 Tomate in gleichmäßige Streifen schneiden (siehe Foto).
2. Möhre, Paprikas und Gurke waschen. Möhre klein würfeln und in 2-3 halbe Tomaten füllen.
3. Paprikas von den Kernen im Inneren befreien und in Dreiecke (Segel für die Schiffchen) schneiden.
4. Gurke in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden und die Scheiben halbieren (Segel für die Schiffchen).
5. Halbe Tomaten mit Petersilie/Schnittlauch füllen oder mit kleinen Gurkenwürfeln.
6. Die Zahnstocher und die Gurken- und Paprika-Segel in die Tomatenhälften und Streifen piksen.
7. Alle Schiffchen appetitlich auf einem Teller garnieren und servieren.

**WIR WÜNSCHEN: GUTEN APPETIT!**

[www.Gartenbauzentrale.de](http://www.Gartenbauzentrale.de)

**GBZ**  
PAPENBURG