

## Griechischer Tomatenreis

### Zutaten für 4 Portionen

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Tomatenmark
- 700 ml [Gemüsebrühe](#)
- 300 g gehackte Tomaten
- 180 g Reis (ungekocht)
- 2 Tomaten
- 1 EL Gartenkräuter (frisch oder als TK-Mischung)
- 2 EL Frischkäse
- 4 EL geriebener Parmesan
- Salz und Pfeffer



<b>Arbeitszeit:</b>	ca. 5 Minuten
<b>Kochzeit/Backzeit:</b>	ca. 15 Minuten
<b>Gesamtzeit aktiv:</b>	ca. 20 Minuten

### Zubereitung:

1. Schäle die Zwiebel und den Knoblauch und würfele beides klein. Gib etwas Olivenöl in eine Pfanne und dünste die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin an.
2. Füge das Tomatenmark hinzu. Gieße die Gemüsebrühe an und gib die gehackten Tomaten, den Reis und die Kräuter hinzu. Lasse alles ohne Deckel für 15 Minuten köcheln. Rühre dabei regelmäßig um.
3. Wasche die Tomaten und schneide sie in kleine Würfel. Rühre sie mit dem Frischkäse und dem Parmesan unter deinen Tomatenreis. Schmecke ihn mit Salz und Pfeffer ab.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

