



Brokkoli-Reis-Gratin all'italiana

Zutaten (für 2 Personen):

125 g (10-Minuten-) Naturreis
Salz
300 g Brokkoliröschen
200 g passierte (aus der Dose) Tomaten
Salz
aus der Mühle: Pfeffer
1 TL getrocknete italienische Kräuter
1 TL (Sorte edelsüß) Paprikapulver
100 g Cocktailltomaten
125 g (8,5 % Fett) kleine Mozzarella-Kugeln
2 EL Pinienkerne
einige Blätter Basilikum

Den Reis in reichlich Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Inzwischen die Brokkoliröschen putzen, waschen und in kleinere Stücke teilen. Brokkoli etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit zum Reis in den Topf geben, alles nochmals aufkochen und den Brokkoli mitgaren.

Backofen auf 220 Grad vorheizen. Eine Auflaufform (ca. 20 x 30 cm) mit Öl einfetten. Reis und Brokkoli in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die passierten Tomaten mit Salz, Pfeffer, italienischen Kräutern und Paprikapulver würzen. Mit dem Brokkoli-Reis-Mix mischen und in der Auflaufform verteilen.

Die Cocktailltomaten waschen und halbieren. Die Mozzarella-Kugeln ebenfalls halbieren. Tomaten und Mozzarella mischen, auf dem Brokkoli-Reis-Mix verteilen und alles mit den Pinienkernen bestreuen. Das Gratin im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 10 Minuten überbacken. Zum Servieren mit den Basilikumblättern bestreuen.