

Dreierlei von der Tomate

Tomatentarte für Vielbeschäftigte, die vor mindestens drei Leuten beweisen müssen, dass sie auch gut kochen können

- 4 sonnengereifte Bio-Strauchtomaten
- naturbelassenes Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Olivenöl, kaltgepresst
- eine frische Knoblauchzehe, geschält
- 2 Zweige Thymian, die Blätter abgezupft
- eine Rolle Blätterteig (aufgetaut, wenn man kein Teigkünstler ist)

Die Tomaten entstrunken, waagrecht halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl in einer feuerfesten Pfanne erhitzen. Die Tomaten dicht an dicht mit der Schnittfläche nach unten in eine emaillierte Pfanne (ohne Plastikgriffe oder Ähnliches) legen und kurz anbraten. Den Knoblauch in feine Scheiben schneiden und mit den Thymianblättchen zu den Tomaten geben. Den Blätterteig etwas ausrollen und über die Pfanne legen. Überstehende Ecken abschneiden. Die Tarte bei 200°C Ober- und Unterhitze etwa 25 Minuten backen, anschließend aus dem Ofen nehmen und auf ein Holzbrett stürzen.

Ein frischer Kräuterschmand passt dazu hervorragend. Oder ein paar in Salz eingelegte Kapern, gut abgewaschen, oder kleingehackte Sardellenfilets, die man auf den Tomaten verteilt. Man kann auch vor dem Servieren eine Handvoll grob gehackte Basilikumblätter darüberstreuen und ein Stück Ziegenfrischkäse auf der Tarte leicht zerlaufen lassen.

Hausgemachte Tomatensauce für solche, die wissen, dass es zu Hause doch am besten schmeckt

- eine Zwiebel (besser: 3 Zwiebeln)
- 5 Knoblauchzehen, fein gehackt oder mit Salz im Mörser zu Brei zerrieben
- 4 EL gutes Olivenöl
- 8 bis 10 sehr weiche, sonnengereifte oder fast überreife Freilandtomaten
- eine halbe bis zwei Chilischoten – je nachdem, wie scharf es werden soll
- unbehandeltes Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 4 Zweige frischer Oregano oder Thymian, je nach Vorliebe. Einfach mal riechen.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Olivenöl in einen Topf geben und glasig anbraten, Knoblauch dazugeben. Die Tomaten waschen, vom Strunk befreien und in Würfel geschnitten zu den Zwiebeln und dem Knoblauch geben. Die Chilischoten fein hacken. Rein damit. Mindestens 40 Minuten leicht köcheln lassen. Eventuell etwas heißes Wasser nachgießen. Die Kräuter in den letzten fünf Minuten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Wenn man gleich mehr gemacht hat, und das mache ich immer: Noch kochend in leere Marmeladengläser füllen und sofort gut verschließen. Der Winter kann kommen!

Einfacher Tomatensalat, für klare Denker und kühle Rechner

ungefähr ein halbes Kilo Tomaten (am besten gemischt: gelbe, grüne, schwarze, rote, gestreifte Tomaten – was immer es im Garten oder auf dem Wochenmarkt gibt)

Saft und Abrieb einer halben Bio-Zitrone

Saft einer halben Bio-Orange

unbehandeltes Salz, gern grobes Meersalz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

4 bis 6 EL kaltgepresstes Rapsöl

einen Zweig Süßdolde, alternativ etwas Fenchelgrün. Wenn nicht vorhanden: Basilikum geht immer.

Die Tomaten entstrunken und in grobe Stücke schneiden. Orangensaft, Zitronensaft und -abrieb dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Rapsöl abschmecken. Die Blätter der Süßdolde (oder das Basilikum) grob zerreißen und unter die Tomaten heben. Dazu getoastetes Roggenbrot mit frischer Almbutter.

VON SARAH WIENER

zu Sauce, Salat oder Tarte

Tomatentarte für Vielbeschäftigte, die vor mindestens drei Leuten beweisen müssen, dass sie auch gut kochen können

- 4 sonnengereifte Bio-Strauchtomaten
- naturbelassenes Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Olivenöl, kaltgepresst
- eine frische Knoblauchzehe, geschält
- 2 Zweige Thymian, die Blätter abgezupft
- eine Rolle Blätterteig (aufgetaut, wenn man kein Teigkünstler ist)

Die Tomaten entstrunken, waagrecht halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl in einer feuerfesten Pfanne erhitzen. Die Tomaten dicht an dicht mit der Schnittfläche nach unten in eine emaillierte Pfanne (ohne Plastikgriffe oder Ähnliches) legen und kurz anbraten. Den Knoblauch in feine Scheiben schneiden und mit den Thymianblättchen zu den Tomaten geben. Den Blätterteig etwas ausrollen und über die Pfanne legen. Überstehende Ecken abschneiden. Die Tarte bei 200°C Ober- und Unterhitze etwa 25 Minuten backen, anschließend aus dem Ofen nehmen und auf ein Holzbrett stürzen.

Ein frischer Kräuterschmand passt dazu hervorragend. Oder ein paar in Salz eingelegte Kapern, gut abgewaschen, oder kleingehackte Sardellenfilets, die man auf den Tomaten verteilt. Man kann auch vor dem Servieren eine Handvoll grob gehackte Basilikumblätter darüberstreuen und ein Stück Ziegenfrischkäse auf der Tarte leicht zerlaufen lassen.

Hausgemachte Tomatensauce für solche, die wissen, dass es zu Hause doch am besten schmeckt

- eine Zwiebel (besser: 3 Zwiebeln)

- 5 Knoblauchzehen, fein gehackt oder mit Salz im Mörser zu Brei zerrieben
- 4 EL gutes Olivenöl
- 8 bis 10 sehr weiche, sonnengereifte oder fast überreife Freilandtomaten
- eine halbe bis zwei Chilischoten – je nachdem, wie scharf es werden soll
- unbehandeltes Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 4 Zweige frischer Oregano oder Thymian, je nach Vorliebe. Einfach mal riechen.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Olivenöl in einen Topf geben und glasig anbraten, Knoblauch dazugeben. Die Tomaten waschen, vom Strunk befreien und in Würfel geschnitten zu den Zwiebeln und dem Knoblauch geben. Die Chilischoten fein hacken. Rein damit. Mindestens 40 Minuten leicht köcheln lassen. Eventuell etwas heißes Wasser nachgießen. Die Kräuter in den letzten fünf Minuten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Wenn man gleich mehr gemacht hat, und das mache ich immer: Noch kochend in leere Marmeladengläser füllen und sofort gut verschließen. Der Winter kann kommen!

Einfacher Tomatensalat, für klare Denker und kühle Rechner

- ungefähr ein halbes Kilo Tomaten (am besten gemischt: gelbe, grüne, schwarze, rote, gestreifte Tomaten – was immer es im Garten oder auf dem Wochenmarkt gibt)
- Saft und Abrieb einer halben Bio-Zitrone
- Saft einer halben Bio-Orange
- unbehandeltes Salz, gern grobes Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 4 bis 6 EL kaltgepresstes Rapsöl
- einen Zweig Süßdolde, alternativ etwas Fenchelgrün. Wenn nicht vorhanden: Basilikum geht immer.

Die Tomaten entstrunken und in grobe Stücke schneiden. Orangensaft, Zitronensaft und -abrieb dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Rapsöl abschmecken. Die Blätter der Süßdolde (oder das Basilikum) grob zerreißen und unter die Tomaten heben. Dazu getoastetes Roggenbrot mit frischer Almbutter.

VON SARAH WIENER

Tomaten, Paradeiser, Liebesäpfel! Wahrscheinlich Europas liebstes Gemüse. Das ist erstaunlich, weil man unter diesem Namen meist nur schnittfestes Wasser in normierter grünroter Kugelform erhält. Geschmack: null. Sortenname? Keine Ahnung. Und das, obwohl es an die 200.000 Sorten gibt. Tomaten können aussehen wie kleine Raupen oder wie sich schlängelnde Hirnwindungen, wie Skulpturen von Jeff Koons und wie prallgefüllte Pompadours. Sie sind braun getigert, sanft violett oder knallgelb bis leuchtorange und purpur. Sie sind groß wie Kinderköpfe oder klein wie Murmeln. Und schmecken und duften nach Rosen, Pilzen oder Johannisbeeren. Von guten, reifen Tomaten kann ich ein Kilo essen, grob geschnitten, leicht gesalzen und mit einem Schuss Öl übergossen. Das Paradies eben. Und sonst? Hier, bitte!

- **Sarah Wiener** komponiert hier jeden Monat aus einer Zutat drei Gerichte

fragdenkoch@taz.de