

**Jörg Sackmann**  
**Karamellierte Ochsenherztomate mit**  
**Joghurt-Dip und Basilikumöl****Dienstag, 19. September 2023**  
**Rezept für 4 Personen**Dauer: 45 Minuten  
Schwierigkeitsgrad: Mittel  
Mediterran**Zutaten:**

Für die Tomaten:

3 Ochsenherztomaten  
etwas Salz  
etwas Piment d'Espelette  
40 g Akazienhonig

Für den Dip:

400 g griechischer Joghurt (mind. 10 % Fett)  
50 ml Milch  
100 ml Buttermilch  
50 g Sahne  
30 ml Olivenöl  
1 Bio-Limette  
etwas Salz

Für das Basilikumöl:

30 g Blattspinat  
etwas Salz  
80 g Basilikum  
200 ml Olivenöl

Zusätzlich:

1 Bio-Limette  
100 g Fetakäse  
8 grüne Oliven, entkernt  
4 Anchovis (eingelegte Sardellenfilets)

Außerdem:

Ggf. Sahne-Syphon mit Gaskartusche

**Zubereitung:**

1. Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Die Tomaten waschen, abtrocknen, den Strunkansatz entfernen und die Tomaten in etwa 1,5 cm dicke Scheiben schneiden.
3. Tomatenscheiben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit Salz und Piment d'Espelette würzen.
4. Den Honig leicht erwärmen, bis er flüssig ist. Mit einem Pinsel den Honig auf die Tomatenscheiben streichen.
5. Im vorgeheizten Ofen die Tomatenscheiben ca. 30 Minuten trocknen.
6. Für Dip Joghurt mit Buttermilch, Milch, Sahne und Olivenöl vermischen.
7. Von der Limette den Saft auspressen. Die Joghurt-Mischung mit Limettensaft und Salz abschmecken. Alles in einen Sahnesyphon geben, den Deckel aufschrauben und die zugehörige Gaskartusche aufschrauben, die Flasche schütteln und bis zum Gebrauch kaltstellen.
8. Für das Basilikum-Öl den Spinat putzen, waschen und in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Dann herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
9. Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

10. Den Spinat gut ausdrücken, grob schneiden und mit den Basilikumblättern in einen Mixer geben. Das Öl zugeben, alles fein mixen und mit Salz abschmecken.

11. Das Öl 5 Minuten ziehen lassen, dann durch ein Sieb in eine Schüssel abgießen.

12. Vor dem Anrichten die Limette heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben. Anschließend die Schale mit einem Messer so abschneiden, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Die Limettenfilets mit einem Messer zwischen den Trennwänden herausschneiden und dann klein schneiden.

13. Den Fetakäse in kleine Stücke brechen.

14. Die Oliven grob hacken.

15. Die Anchovis in Streifen schneiden.

16. Zum Anrichten die Tomatenscheiben auf flache Teller geben (pro Teller 3-4 Scheiben, je nach Größe). Die Mitte zunächst frei lassen und ringsum mit Feta, Oliven, Anchovisstreifen, Limettenstückchen und etwas Limettenschale bestreuen. Das Basilikum-Öl darüber träufeln. Den Joghurt-Dip in die Mitte aufspritzen und servieren.

Pro Portion: 870 kcal/ 3630 kJ

21 g Kohlenhydrate, 14 g Eiweiß, 81 g Fett