

Tomaten

- 4 grote tomaten
- ½ kop gare sojabonen
- 1 kop gare rijst
- ½ eetlepel majoraan

Maak een mengsel van de fijngesneden prei, rijst, majoraan en de fijngemalen sojabonen. Snij een kapje van de tomaten, hol ze uit en meng het vruchtvlees met de rest. Doe het kapje er weer op.

Bak 15 minuten bij 180-200 graden.

P please don't print this recipe unless you really need to.
Plantaardige recepten voor een betere wereld.
[Steun Plenty Food](http://www.plentyfood.nl)

