

Rustikana Pfanne

Zutaten für 4 Personen

4 Hähnchenbrüste
750g Kartoffeln
1 Aubergine
2 mittlere Zucchini
2 mittlere Zwiebel
2 Mozzarella Kugeln
1 El Öl
1 Dose gewürfelte Tomaten
250ml Wasser (Gemüsebrühe)
2 El Tomatenmark
1 Tl Zucker
Salz, Pfeffer, Basilikum, Rosmarin

Zubereitung:

Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden ca. 3x3cm

Auberginen, Zucchini, Zwiebeln auch in etwa 3x3cm Würfel schneiden

Hähnchenbrust waschen evtl. von Sehnen befreien

Das Tomatenmark mit einem Teil der Zwiebeln, dem Zucker und dem Öl anbraten

Die Tomaten aus der Dose und das Wasser dazu geben und aufkochen lassen. Mit den Gewürzen abschmecken. Es soll eine kräftige Tomatensoße sein

Das Gemüse, die Kartoffeln mischen und in eine Reine oder Auflaufform geben. Die Hähnchenbrüste dazwischen platzieren (wenn sie sehr groß sind lieber durchschneiden)

Darauf die noch heiße Tomatensoße geben damit alles schön bedeckt ist.

Anschließend den Mozzarella in Scheiben schneiden und gleichmäßig in der Auflaufform verteilen.

Das Ganze ins Backrohr schieben und bei 170 Grad ca. 45 Minuten backen. Prüfen ob die Kartoffeln weich sind, und servieren.

Ein schnelles und einfaches Gericht, das man gut vorbereiten kann.

Statt der Hähnchenbrust kann man auch Hähnchenkeulen verwenden, oder geräucherten Tofu, besonders lecker und eine tolle Variante ist es mit Lachs, oder Welsfilet.

Einfach mal ausprobieren

