Hähnchenbrust, Mozzarella auf feinem Gemüse

Schnelles Essen aus dem Ofenmeister

Zutaten

3 Hähnchenbrüste
1 Kohlrabi, in groben Stift geschnitten
3 Karotten, in groben Stift geschnitten
1 Zucchini, halbiert, entkernt in 2 -3 cm Stücke geschnitten
Paprika rot, gelb, grün, entkernt in Streifen geschnitten
1 Zwiebel, in grobe Würfel geschnitten
5 Kartoffeln, geschält, in dicke Scheiben geschnitten 5 – 8mm
2 Kugeln Mozzarella, in 1cm dicke Scheiben geschnitten

Für die Soße
½ Dose Tomatenfleisch,
100ml Sahne, 2 EL Speisestärke
1 TL gekörnte Brühe,
1 TL Kräuter der Provence,
etwas Oregano, Salz, Pfeffer, etwas Knoblauch

So funktioniert es!
Das Gemüse habe ich ruckzuck, mit der Mandoline, in Streifen, Stifte und Scheiben geschnitten
Größe je nach Geschmack. Die Zucchini, sollte etwas größer geschnitten sein, da sie sonst total zerkocht.
Das Gemüse, nacheinander in den Ofenmeister geben, die Kartoffeln müssen ganz nach unten.

Wir richten die Soße!
In einer Schüssel die halbe Dose Tomatenfleisch, die Sahne und die Speisestärke vermischen und würzen
Die recht dicke Soße, über das Gemüse, in den Ofenmeister geben.

Hähnchen würzen und ab in den Backofen!
Den Backofen auf 220C O/U Hitze vorheizen!
Die Innenfilets von der Hähnchenbrust abschneiden, das wird eine eigene Portion Fleisch, für eine Person
Das Fleisch mit Knoblauchsalz, Salz und Pfeffer würzen.
Die Hähnchenbrüste, nebeneinander auf das Gemüse, in den Ofenmeister legen.
Die Innenfilets, eng zusammengelegt, haben ihren eigenen Platz.
Mit Mozzarella Scheiben belegen.
Deckel aufsetzen und für 40 – 45 Minuten backen
Anschließend den Deckel abnehmen und für 3 -5 Minuten mit Umluft den Käse goldbraun backen.

Mein Tipp!
Einstellung Mandoline
Kartoffeln, scheiben Stufe 5, Karotten, Stifte, grob, Stufe 6, Zwiebel, Stifte, fein, Stufe 4,
Kohlrabi, Stifte, fein, Stufe 6, Paprika Stifte, grob, Stufe 8

Guten Appetit!

www.witt-pc.de

Peter Witt selbstständiger Direktor bei Pampered Chef Flurweg 7, 86871 Rammingen Tel. 0171 46 58 481