



Reinhard-Karl  
ÜBLACKER  
Food-Consultant

## VitaCuisine

### Ratatouille mit Hähnchen

#### Zutaten für 4 Portionen:

- 200 g Hähnchenfleisch
- 2 Paprikaschotten
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 250 g Tomaten
- 3-4 mittelgroße Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Schafskäse
- 100 ml Tomatenketchup
- 2 EL Tomatenmark
- Salz
- Pfeffer
- Kräuter der Provence (tief gekühlt oder trocken)

#### Zubereitung:

- Das Fleisch im Dampfgarer 25 Minuten dämpfen.
- Gemüse waschen und klein schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und zerkleinern.
- Schafskäse in kleine Stücke schneiden.
- Das Gemüse mit den Zwiebeln und dem Knoblauch in einen ungelochten Garbehälter geben und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Tomatenketchup und Tomatenmark unterrühren.
- Ca. 25 Minuten dämpfen.
- Das klein geschnittene Fleisch, den Schafskäse und das Gemüse in eine Schüssel dazugeben.
- Das fertige Gericht mit den Kräutern vermengen.