

Pouletbrüstli auf Tomaten

So praktisch: alles auf einem Blech zubereitet



Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.
Backen: ca. 25 Min.

1 kg **Ochsenherztomaten**
je 2 **gelbe und rote Peperoni**
 $\frac{3}{4}$ TL **Salz**
wenig **Pfeffer**

4 **Pouletbrüstli**
(je ca. 160 g)
12 **Tranchen Bratspeck**
12 **Salbeiblätter**
 $\frac{1}{4}$ TL **Salz**
wenig **Pfeffer**

1 EL **Olivenöl**

Portion: 411 kcal, F 17 g, Kh 12 g, E 46 g

1. SCHRITT

Tomaten in Scheiben schneiden, **Peperoni** vierteln, auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen, würzen.

2. SCHRITT

Pouletbrüstli längs je 3-mal einschneiden, mit je 3 **Specktranchen** und je 3 **Salbeiblättern** füllen, würzen. Auf das Gemüse legen.

3. SCHRITT

Backen: ca. 25 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, **Öl** darüberträufeln.