

# Provenzalisches Kartoffel-Gemüse

für 1 Person

Vorbereitungszeit

15 Minuten

Kochzeit

0 Minuten aktiv, 50 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 0.60

Nährwert pro Rezept

140 Kcal, 0 g Fett, 31 g KH

---

## Zutaten

140 g Kartoffeln, schälen und grob würfeln

20 g Zucchini, würfeln

15 g Peperoni, würfeln

15 g Auberginen, würfeln

10 g Tomaten, würfeln

15 g Zwiebeln, hacken

2 g Knoblauch, hacken

1 g St. Tropez Kräuter Mix (RL Gewürz)

1 cl Sonnenblumenöl

Mittelmeer Mix (RL Gewürz)

1

alles vermischen und in Alufolie packen  
im Ofen bei 180°C ca. 45 Minuten backen