



T
E **Annemarie Zbinden**
N Traditionell Europäische Naturheilkunde

Eiweissfrei / Leber entlastend

Ofen – Ratatouille

4 Personen

250 g Zucchini, in gleichmässigen Würfeln

100 g Auberginen, in Würfeln

200 g Peperoni bunt gemischt,

300 g Tomaten in Stücke geschnitten

Kräuter: Thymian, Rosmarin, Oregano

Pfeffer

6 El Olivenöl

Backblech mit Backtrennpapier belegen, das Gemüse darauf verteilen, Kräuter Pfeffer darüber streuen und mit Olivenöl beträufeln. 20 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad backen.

Praxis Dr. med. M. Berthold, Reichenbachstrasse 41, 3004 Bern, 031 301 14 11
und
Raum für Wandel, Falkenplatz 3, 3012 Bern, Tel 078 743 32 85