



Mini-Nudelnester

 Dauer
45 min.

 Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Spaghetti	250 g
Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Kochschinken	100 g
Erbsen aus der Dose	100 g
Mais aus der Dose	100 g
Eier	3 St.
Crème fraîche	200 g
Pfeffer, schwarz	
Paprika, edelsüß	1 TL
Butter	1 EL
Emmentaler gerieben	100 g



Zubereitung

In einem Topf ca. 3 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Nudeln im kochenden Salzwasser ca. 10 Min. al dente garen. Dann abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.

Inzwischen in einem Sieb Erbsen und Mais abgießen und abtropfen lassen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Schinken klein würfeln. In einer Schüssel Erbsen-Mais-Mischung, Zwiebeln, Eier, Crème fraîche, Salz, Pfeffer und Paprikapulver verquirlen.

Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. 12 Vertiefungen eines Muffinblechs mit Butter einfetten und Nudeln als Nester darin verteilen.

Gemüse-Schinken-Mix in die Mitte geben, Crème-fraîche-Mischung darübergießen und mit Käse bestreuen. Törtchen ca. 20–25 Min. im Ofen backen. Heiß oder leicht abgekühlt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	570 kcal		
Kohlenhydrate	56 g	Ballaststoff	1 g
Eiweiß	27 g	Fette	26 g