

20 Min.

Vorbereiten

8 Min.

Backen



Spaghettigratin

350 g Spaghetti

Salz

150 g Schinken

1 Zwiebel

1 Bund Schnittlauch

1 Becher Saucehalbrahm 180 g

Pfeffer aus der Mühle

4 Eier

Ofen auf 200 °C vorheizen. Spaghetti in Salzwasser al dente kochen. Abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Gut abtropfen lassen. Schinken in Würfelchen schneiden. Zwiebel hacken. Schnittlauch fein schneiden. Alles mit dem Saucehalbrahm erwärmen. Mit Spaghetti mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spaghetti portionenweise in Gratinförmchen geben, dabei in der Mitte ein Nestchen bilden. Je ein Ei hineingeben. Gratins im Ofen 8 Minuten backen.

*Pro Person ca. 28 g Eiweiss, 21 g Fett,
70 g Kohlenhydrate, 2450 kJ/580 kcal*

Schnell für 4