

Käsenudeln mit Eiern und Bärlauch

kaesnueibae08q.odt

Zutatenliste für 1 Portion:

100 g Penne
Salz
1 EL Rapsöl
1 Peperoni
2 Eier
20 g Bärlauch
30 ml Sahne
2 Sch. Käse



Zubereitung:

Das Nudelwasser aufsetzen. Das Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen, die Peperoni ganz klein schneiden und anbraten. Die Eier in die Pfanne schlagen und salzen. Zwischendurch die Nudeln ins kochende Wasser geben.

Nicht zuviel Bärlauch nehmen

Den Bärlauch (Bärlauch sammeln s.S.xxx) abwiegen und grob kleinschneiden. Wenn die Eier fast fertig sind den Bärlauch am Rand der Pfanne verteilen, kurz den Deckel drauf machen. Einmal die Eier mit dem Bärlauch umdrehen, vom Herd nehmen und den Deckel schließen.



Bärlauch nur andünsten

Wenn die Nudeln gut sind abschütten, zurück in den Topf geben, die Sahne dazu und den Käse obendrauf. Zugedeckt noch den Käse verlaufen lassen, dann kann gegessen werden.

Vorbereitungszeit:	keine	Kosten pro Portion:	0,73 €
Zubereitungszeit:	25 Min.	Kalorien pro Portion:	981
Schwierigkeitsgrad:	einfach	K: 75g	F: 52g E: 46g