



Mitarbeiter-Rezeptwettbewerb

Nudelpuffer

Die Tage sind nun merklich kürzer geworden, Regen und Wind pfeifen uns um die Ohren, draußen ist es wenig gemütlich. Umso mehr Freude bereitet es uns, wenn wir unsere Liebsten mit einem guten Essen verwöhnen können. Dazu eignen sich besonders unsere Nudelpuffer mit Schinken, Lauch und Zucchini. Zu kleinen Nestern aufgedreht sehen sie nicht nur hübsch auf dem Teller aus, mit Milch und Ei verquirlt und in der Pfanne gebraten, schmecken sie auch besonders gut.

Zutaten (für 2 Personen)

- 200 g Bandnudeln
- 40g Luftgetrockneter Putenschinken (Gutfried)
- 1 Zucchini
- 1 Stange Lauch
- 2 Eier
- 20 ml Olivenöl
- 30 ml Milch
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Die Bandnudeln in reichlich kochendem, gesalzenem Wasser bissfest kochen, abgießen und kurz mit kaltem Wasser abschrecken.
2. Während die Nudeln kochen, den Putenschinken, die Schale einer Zucchini und die Lauchstange in Streifen schneiden. Die Zucchini- und Lauchstreifen kurz in kochendes Wasser geben, abschrecken und abtropfen lassen.
3. Eier und Milch verquirlen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alle Zutaten miteinander vermengen.
4. Die Nudelmasse mit einer Gabel zu kleinen Nestern aufdrehen und in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze in etwas Olivenöl von beiden Seiten goldgelb anbraten.
5. Die fertigen Puffer auf einem Teller anrichten, mit groben Pfeffer garnieren und servieren.

Pro Portion: 28,2 g E, 71,3 g K, 18,4g F, 2547 kJ, 622 kcal

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten