

## Rezept

# Eierguss-Gratin

Ein Rezept von Eierguss-Gratin, am 18.12.2025

## Zutaten

<b>300 g</b>	Farfalle		Salz
<b>250 g</b>	Zucchini	<b>2</b>	Fleischtomaten
<b>125 g</b>	Sahne	<b>1/8 l</b>	Milch
<b>3</b>	Eier (Größe M)		Pfeffer
<b>2 TL</b>	getrockneter Oregano	<b>1 Dose</b>	Gemüsemais (340 g), abgetropft
<b>100 g</b>	Käse, geraspelt		Fett und Semmelbrösel fürs Blech

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 GROSSE PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 675 kcal, 27 g F, 27 g EW, 81 g KH

## Zubereitung

1. Nudeln in reichlich Salzwasser nach Packungsangabe bissfest kochen. Inzwischen die Zucchini waschen, putzen und in dünne Streifen hobeln. Tomaten waschen und ohne Stielansätze in schmale Spalten schneiden.
2. Backofen auf 180° vorheizen. Fettpfanne des Ofens einfetten, mit Bröseln ausstreuen.
3. Sahne, Milch und Eier verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Nudeln und Mais mit dem Guss mischen, auf das Blech geben. Zucchini und Tomaten darauf verteilen. Mit dem Käse bestreuen und im Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 20 Min. backen.