

Rezept

# Spaghetti-Carbonara-Muffins

Ein Rezept von Spaghetti-Carbonara-Muffins, am 10.05.2026

## Zutaten

<b>250 g</b> Spaghetti	<b>150 g</b> Parmesan
<b>100 g</b> roher Schinken	<b>3</b> Eigelb (M)
<b>120 g</b> Sahne	<b>12</b> Muffin-Silikonförmchen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal, 9 g F, 9 g EW, 15 g KH

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Silikonförmchen in der Muffinform verteilen. Die Spaghetti nach Packungsanweisung bissfest kochen, in einem Sieb abtropfen lassen und anschließend zurück in den Topf geben.

---

2. Den Parmesan fein reiben. Den Schinken klein würfeln. Eigelbe, Sahne, Parmesan und Schinken mit den Spaghetti im Topf gut vermischen.

---

3. Die Spaghetti mithilfe einer Gabel auf einem Löffel aufdrehen und nestförmig in die Muffinförmchen setzen. Die Muffins im Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen. Die Form aus dem Ofen nehmen, die Carbonara-Muffins herauslösen und noch warm genießen.