Hack-Nudelomelett

Fleisch-Gerichte » Hackfleisch » Hack-Pfannen

Zutaten (4 Personen)

» 200g Spirelli
» Salz & Pfeffer
» 1 Zwiebel(n)
» 1-2 Knoblauchzehe(n)
» 5 Ei(er)
» 100ml Milch
» Muskat
» 150g Cocktailtomaten
» 125g Lauchzwiebel(n)
» 125g Mozzarella
» 2 EL Öl
» 400g Hackfleisch
» Basilikum

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Anschließend abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Eier mit Milch verquirlen. Eiermilch kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

2. Tomaten putzen, waschen und halbieren. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in breite Ringe schneiden. Mozzarella gut abtropfen lassen und würfeln.

3. Öl in einer Pfanne (Durchmesser 26cm) erhitzen. Hackfleisch hineinbröseln und unter Wenden anbraten. Zwiebelwürfel, Lauchzwiebelringe und Knoblauch zufügen, kurz mit anbraten. Nudeln und Tomaten untermengen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

4. Eiermilch darüber gießen und zugedeckt bei schwacher Hitze 20-25min stocken lassen. Hack-Omelett vorsichtig aus der Pfanne lösen und mit Basilikum garniert anrichten.

Nährwerte: 540kcal/E37g/F25g/KH42g pro Portion

angelegt am: 22.02.2005 Rezept-Nr: 1562

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke