

# Eier-Pastete

Sonstige Gerichte » Eiergerichte

## Zutaten (4 Personen)

- » 6 Ei(er)
- » 250g Blattspinat
- » 150g Möhre(n)
- » 1/2 Bd. Lauchzwiebel(n)
- » 150g Kochschinken
- » 150g Gouda
- » 2 EL Stärke
- » Salz & Pfeffer

## Bewertung



### Beschaffung

in jedem Discounter



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

61-90min

## Zubereitung

1. Die Eier trennen. Blattspinat verlesen, abbrausen und 2min blanchieren. Möhren waschen, schälen und in Scheiben schneiden. 3min blanchieren. Die Lauchzwiebeln waschen, putzen, in Stücke schneiden und 2min blanchieren. Den gekochten Schinken würfeln.

2. Den Ofen auf 180°C vorheizen. Eine Kastenform mit Blattspinat auslegen. Den Gouda entrinden und reiben. Die Eigelbe schaumig schlagen. Gouda, Stärke, Salz und Pfeffer darunter rühren. Möhren, Lauchzwiebeln und Schinken dazugeben. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben. Die Masse in die Kastenform geben.

3. Die Pastete zugedeckt im Wasserbad im Ofen ca. 50min stocken lassen. Dann herausnehmen und etwa 30min ruhen lassen. Die Eier-Pastete aus der Form stürzen. Evtl. mit hart gekochten Eiern garnieren.

Nährwerte: 380kcal/E30g/F23g/KH13g pro Portion

angelegt am: 18.02.2005

Rezept-Nr: 1536

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke