

Landfrauenauflauf mit Frühlingsquark

Zutaten | 4 Portionen

200 g	gelbe und grüne Nudeln
750 g	Fleischtomaten
250 g	gekochter Schinken
3	Eier
200 ml	Sahne
	Salz, Pfeffer
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Petersilie
400 g	Frühlingsquark

Zubereitungszeit

Zubereitung:

- Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen.
- Tomaten waschen, putzen und in Streifen schneiden.
- Den gekochten Schinken in Würfel schneiden.
- Eier und Sahne verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Kräuter waschen, trocken tupfen und klein schneiden.
- Eine feuerfeste Form ausfetten, eine Schicht Tomaten hinein legen, mit etwas Salz und Pfeffer, Schnittlauch und Petersilie bestreuen und die Hälfte der Schinkenwürfel darüber verteilen. Nudeln, restliche Tomaten und Schinken darüber einschichten die restlichen Kräuter darauf streuen und die Sahne-Ei-Masse drüber geben.
- Auflauf im vorgeheizten Backofen bei 160 °C ca. 20 Minuten backen.
- Etwa 1 Minuten vor Beendigung der Backzeit den Frühlingsquark darüber verteilen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 535 g

Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
488 kcal	26,2 g	24,9 g	35,3 g	193 mg