

Herzhafter Käse-Speckkuchen vom Blech

Zutaten | 1 Backblech

6	Eier
500 ml	Milch
200 g	Mehl
2	Zwiebeln
400 g	Schinkenspeck, gewürfelt
400 g	Käse, z.B. Bergkäse, Gouda oder Emmentaler
½ TL	Paprikapulver

Zubereitungszeit: 30 Min.

Zubereitung:

- Eier und Milch mit dem Handrührgerät verquirlen.
- Mehl dazugeben und ebenfalls gut unterrühren.
- Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Käse reiben. Zwiebelwürfel, geriebenen Käse und Schinkenspeck-Würfel unter die Ei-Mehl-Masse heben und alles mit Paprikapulver würzen.
- Ein Backblech mit Backpapier auslegen oder einfetten. Die Käsemasse darauf gleichmäßig verteilen und im Backofen bei 175°C – 200°C ca. 20 Minuten backen.
- Der Käse-Speckkuchen kann warm oder auch kalt serviert werden. Dazu schmeckt ein bunter Salat.

Tipp:

Kindern schmeckt der herzhafte Käse-Speckkuchen oft besser, verwendet man anstelle des rohen Schinkens gekochtem Schinken. Diese Variante ist etwas milder, sollte aber zusätzlich mit etwas Salz abgeschmeckt werden.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 254 g

Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
437 g	21,6 g	29,7 g	30 g	503 mg