



Herzhafter Kräuterschmarrn mit Schinken

Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|----------------------------------|--------|
| Eier | 4 St. |
| Salz | |
| Milch | 300 ml |
| Weizenmehl, Type 405 | 250 g |
| Emmentaler gerieben | 100 g |
| Kräuter der Provence, getrocknet | 10 g |
| Zwiebeln, gelb | 2 St. |
| Butter | 4 EL |
| Schwarzwälder Schinken | 125 g |
| Pfeffer, schwarz | |

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, große Pfanne

1. Eier trennen. In einem hohen Gefäß Eiweiß mithilfe eines Handrührers steif schlagen. In einer Schüssel Eigelb mit Salz cremig rühren. Milch und Mehl abwechselnd unterrühren. Eiweiß mit Emmentaler und Kräutern der Provence unterheben.
2. Inzwischen Zwiebeln halbieren, schälen und fein würfeln. In einer Pfanne Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebeln mit Schinken knusprig braten. Mit Pfeffer würzen.
3. In einer Pfanne 1 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und die Hälfte des Teiges von jeder Seite ca. 2–3 Min. goldbraun backen. Teig mit zwei Gabeln in Stücke reißen, warm stellen, übrigen Teig genauso backen. Auf Tellern verteilen und mit Schinken servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt ein [Salat mit Basilikum-Joghurt-Dressing](#).

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 644 kcal |
| Kohlenhydrate | 59 g |
| Eiweiß | 32 g |
| Ballaststoffe | 3 g |
| Fette | 31 g |