



weinig vital

ERNÄHRUNG UND BOWTECH

Eierschnitte

- Ca. 3 - 4 Eier pro Person
- Meersalz, Pfeffer
- Viele dunkelgrüne Kräuter nach Belieben
- Alles gut vermischen

- Backofen auf 200° Umluft vorheizen
- Backpapier in Backform geben, Eimasse eingiessen, ca. 2 cm Höhe
- Mit Alufolie zudecken
- Je nach Grösse des Backblechs zwischen 20 und 40 Minuten backen; einfach bis die Eimasse in der Mitte nicht mehr flüssig ist

- Dazu passen Salate oder Ofengemüse