



Schupfnudeln mit jungem Spitzkraut

Ein deftiges Sattmacher-Gericht mit knackigem Kraut



Portionen
4



Zubereitungszeit
45 Minuten



Schwierigkeitsgrad
Mittel

ZUTATEN

- 500 g Spitzkohl (alternativ Sauerkraut)
- 2 Zwiebeln
- 1 EL Butter
- 200 ml Gemüsebrühe
- 75 g Speckstreifen
- 2 EL Öl
- 800 g Schupfnudeln (siehe Tipp)
- ½ Bund Petersilie
- 200 g Hochland Cremig & Zart „die Sahnige“

ZUBEREITUNG

1. Spitzkohl waschen und in feine Streifen schneiden, dabei dicke Blattrippen heraus schneiden und entfernen. Zwiebeln ebenfalls in feine Streifen schneiden.
2. Butter in einer Pfanne zerlassen und Spitzkohl und Zwiebeln darin 2 Minuten anbraten. Gemüsebrühe dazugeben und 10 Minuten mit Deckel dünsten.
3. In einer zweiten Pfanne die Speckstreifen im Öl 3 Minuten knusprig braten und aus der Pfanne heben. Schupfnudeln im Speckfett 5 Minuten anbraten, dabei ab und zu wenden. In der Zwischenzeit die Petersilie waschen, zupfen und hacken.
4. Hochland Cremig & Zart unter den Spitzkohl rühren und die Petersilie unterheben. Schupfnudeln kurz unterschwenken, mit Speck bestreuen und servieren.

Tipp

Wer selbst Schupfnudeln macht, muss etwas mehr zubereiten, als man für 4 Personen benötigt, damit das Verhältnis zwischen Kartoffeln und Ei stimmt – das macht aber nichts, denn die Schupfnudeln lassen sich prima einfrieren: 1 kg Kartoffeln (mehlig kochend) waschen und mit Schale in gesalzenem Wasser garkochen. Kartoffeln abgießen und kurz ausdampfen lassen, pellen und mit einer Kartoffelpresse in eine Schüssel passieren. Kartoffeln vollständig abkühlen lassen. 1 Ei und 300 g Spätzlemehl mit den Kartoffeln mischen, mit Salz und Muskat würzen und zu einem glatten Teig



verarbeiten. Mit Mehl bestäubten Händen knapp 1 cm dicke Rollen formen. 6 cm lange Stücke abschneiden und zwischen den mit Mehl bestäubten Handflächen rollen, sodass die Schupfnudeln zu beiden Enden spitz zulaufen. Die Schupfnudeln 3-4 Minuten in reichlich kochendem Salzwasser garen, bis sie an die Wasseroberfläche aufsteigen. Schupfnudeln mit einem Sieblöffel aus dem Wasser heben, abschrecken und abtropfen lassen.

Eine Portion enthält im Durchschnitt

Brennwert: 2112 kJ (505 kcal)

Kohlenhydrate: 36 g

Fett: 30 g

Eiweiß: 20,5 g