



Spätzle mit Veggie-Hähnchen

in cremiger Champignon-Karotten-Sauce



ca. 25min



2 Personen

Heute gibt es einen Klassiker mit Twist: Inspiriert von Omas Hühnerfrikassee hat unser Koch Matthias diese feine Variante ausgeklügelt. Das „Hähnchen“ von „The Vegetarian Butcher“ ist hier gänzlich vom Fleisch gefallen – es ist vegan –, und man muss auch nicht stundenlang in der Küche stehen. Mit Senf mariniert und dazu mit frischen Karotten, Champignons und Zwiebeln in einer cremigen Sauce auf Spätzle ist das verdammt lecker!

- 1 Zwiebel
- 1 Karotte
- 1 Packung vegane Hähnchenschnitzel ⁶
- 2 Päckchen körniger Senf ¹⁰
- 1 Packung geschnittene Champignons
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 400g frische Spätzle ^{1,3}

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

- 2 große Pfannen
- Messbecher

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 955kcal, Fett 55.6g,
Kohlenhydrate 73.3g, Eiweiß 35.5g



Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.



Das **Veggie-Fleisch** in einer großen Pfanne mit 1 EL Pflanzenöl bei starker Hitze ca. 2 Min. anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Anschließend auf einem Teller beiseitestellen.



Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und diagonal in dünne Scheiben schneiden.



In derselben Pfanne die **Pilze**, die **Karotten** und die **Zwiebeln** mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 4–5Min. anbraten. Mit 200ml Wasser ablöschen und bei mittlerer Hitze ca. 2Min. köcheln lassen. Die **Crème fraîche** und das **Veggie-Fleisch** einrühren und weitere 2Min. köcheln lassen. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.



Das **Veggie-Fleisch** mit dem **Senf** vermengen und mit 1-2 Prisen Salz und Pfeffer würzen.



In einer zweiten großen Pfanne die **Spätzle** mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3-4Min. anbraten, bis sie heiß sind. Nach Geschmack mit etwas Salz und Pfeffer würzen und mit dem **Veggie-Hähnchen** in der cremigen **Sauce** servieren.