



## Spätzle mit Pilzen und Nussbröseln

dazu Romanasalat



ca. 25min



4 Portionen

Spätzle wie bei Oma – die ja eh meistens findet, dass wir zu wenig essen. Da ist ein Nachschlag immer gerne gesehen! Bei diesem Gericht lässt du dich bestimmt nicht lange bitten! Mit der cremigen Petersilien-Pilz-Sauce kann man die Eiernudeln glatt zu jeder Tageszeit verputzen. Dazu gibt es einen knackig-leichten Salat.

## Was du von uns bekommst

- 500g braune Champignons
- 1 Zwiebel
- 20g Petersilie
- 1 Pck. Romanasalat
- 50g blanchierte Haselnusskerne<sup>4</sup>
- 800g frische Spätzle<sup>1,2</sup>
- 2 Becher Crème fraîche<sup>3</sup>
- 50g Panko-Paniermehl<sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- kleine Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

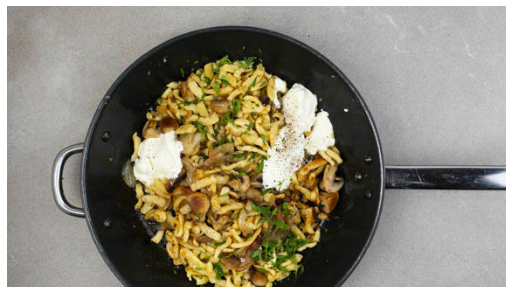
## Nährwertangaben pro Portion

Energie 860kcal, Fett 53.3g, Kohlenhydrate 73.5g, Eiweiß 21.8g



### 1. Gemüse vorbereiten

Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken.



### 4. Spätzle anbraten

Wenn die **Pilze** gut angebraten sind, die **Spätzle** mit in die Pfanne geben und 3–4Min. braten, bis sie goldbraun sind. Dann die **Crème fraîche** und  $\frac{3}{4}$  der **Petersilie** untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.



### 2. Gemüse braten

Die **Pilze** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 5Min. goldbraun anbraten. Die **Zwiebeln** dazugeben und 2–3Min. mitbraten.



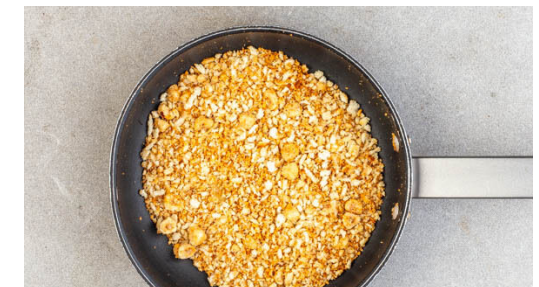
### 5. Dressing anrühren

Aus 1EL Pflanzenöl, 1EL Essig sowie je 1 kräftigen Prise Salz, Pfeffer und Zucker ein **Dressing** anrühren. Kurz vor dem Servieren mit dem **Salat** vermengen.



### 3. Salat vorbereiten

Inzwischen den **Romanasalat** in mundgerechte Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Haselnüsse** grob hacken.



### 6. Panko und Nüsse anrösten

Das **Panko-Paniermehl** und die **Haselnüsse** in einer kleinen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 2–3Min. goldbraun anrösten. Die **Pilzspätzle** mit den **Nussbröseln** und der **restlichen Petersilie** bestreuen und mit dem **Salat** servieren.