



Käsespätzle mit Knuspertopping

mit Brokkoli und gebratenem Lauch



ca. 20min



2 Personen

Die Käsespätzle waren der absolute Renner in unserer Testküche – wir konnten gar nicht schnell genug unsere Teller leeren, um uns eine zweite Portion zu sichern. Aromatischer Gouda, knuspriges Semmelbrösel-Lauch-Topping und Brokkoli mit zartem Biss – bei diesem unkomplizierten Rezept stimmt einfach alles. Na, Appetit bekommen?

Was du von uns bekommst

- 1 großer Brokkoli
- 1 Stange Lauch
- 1 Knoblauchzehe
- 50g Bio-Semmelbrösel ²
- 400g frische Spätzle ^{1,2}
- 100g junger Gouda, gerieben ³
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz

Was du zu Hause benötigst

- 1 EL Weizenmehl ²
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 840kcal, Fett 39.1g, Kohlenhydrate 80.4g, Eiweiß 35.5g

1

1. Brokkoli kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für den **Brokkoli** zum Kochen bringen. Den **Brokkoli** in mundgerechte Röschen schneiden, den **Strunk** ggf. schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Den **Brokkoli** in das kochende Wasser geben und 2-3Min. kochen, bis er leicht weich wird, dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

4

4. Lauch braten

Die **½ des Lauchs** in 1EL Mehl wenden und in mehreren Portionen in derselben Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 4-5Min. braten, bis er goldbraun ist. Den **Lauch** aus der Pfanne nehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz würzen. **Tipp:** Das Öl ist heiß genug, wenn ein einzelnes Stück **Lauch** sofort zu brutzeln beginnt, wenn man es in die Pfanne gibt.

2

2. Gemüse schneiden

Den **Lauch** längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.

5

5. Gemüse braten

Den **restlichen Lauch**, den **Brokkoli** und den **restlichen Knoblauch** in derselben Pfanne mit 1 Prise Salz bei starker Hitze ca. 3Min. anbraten, bis das **Gemüse** weich ist.

3

3. Semmelbrösel rösten

Die **½ der Semmelbrösel** mit der **½ des Knoblauchs** sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer in einer großen Pfanne mit 1TL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 2-3Min. rösten, bis die **Semmelbrösel** kross und braun sind. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne ggf. auswischen und weiterverwenden.

6

6. Fertigstellen & servieren

Die **Spätzle**, den **Käse**, die **½ des Brühgewürzes** und 150ml Wasser in die Pfanne geben und gründlich unterrühren, bis die Flüssigkeit verdampft und der **Käse** geschmolzen ist. Die **Käsespätzle** mit dem **gebratenen Lauch** und den **Semmelbröseln** garnieren und sofort servieren.