



Schupfnudel-Krautfleckerl

mit Speck und Petersilie



20-30min



2 Personen

Egal ob „Bubespitzle“, „Schopperla“ oder „Fingernudeln“ – Schupfnudeln sind ein Dauerbrenner, auch in unserer Testküche! Goldbraun gebraten servieren wir sie mit in Apfelsaft eingekochtem Weißkohl und saftigen Speckzwiebeln. Lasst es euch schmecken!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 1 Weißkohl
- 1 Packung gewürfelter Speck
- 1 Päckchen ganzer Kümmel
- 1 Packung Apfelsaft
- 500g Schupfnudeln ^{1,3,9}
- 10g frische Petersilie

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- große Pfanne

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

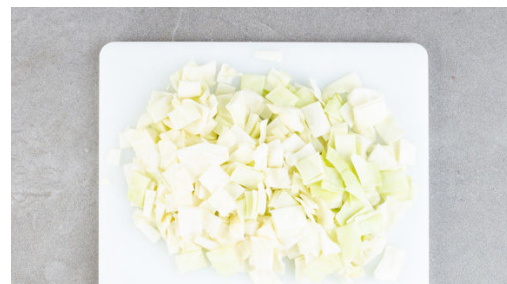
Nährwertangaben pro Portion

Energie 868kcal, Fett 43.3g, Kohlenhydrate 81.6g, Eiweiß 26.5g



1. Zwiebeln schneiden

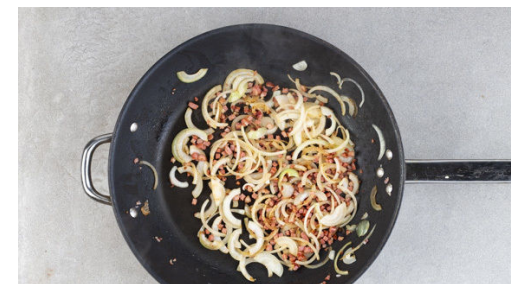
Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.



2. Weißkohl schneiden

Die **1/2 des Weißkohls** vom Strunk befreien und in ca. 3cm große Stücke schneiden.

Tipp: Den **restlichen Kohl** am nächsten Tag für einen schnellen **Krautsalat** in feine Streifen schneiden, mit Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer vermengen und ca. 15Min. ziehen lassen.



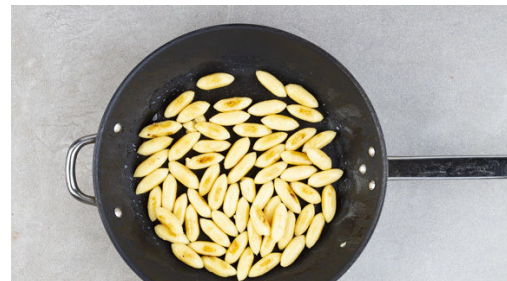
3. Speck-Zwiebeln braten

Den **Speck** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Zugabe von Fett 2-3Min. kross anbraten. Die **Zwiebeln** dazugeben und 2-3Min. mitbraten, bis die **Zwiebeln** goldbraun sind. Die **Speck-Zwiebeln** auf einem Teller beiseitestellen. Die Pfanne aufbewahren.



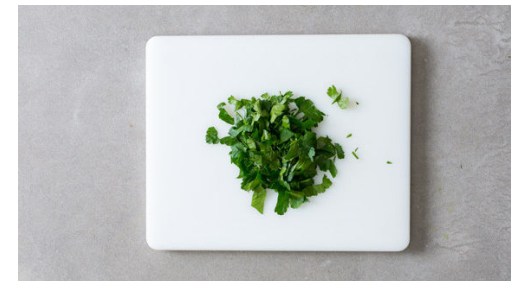
4. Weißkohl garen

Den **Weißkohl** in einem großen Topf mit 2-3EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3-5Min. leicht anbraten. Nach Geschmack den **Kümmel** hinzugeben, dann mit dem **Apfelsaft** ablöschen. Den **Kohl** 10-15Min. kochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist oder bis das **Kraut** weich ist. Mit Salz und Pfeffer sowie Essig nach Geschmack würzen.



5. Schupfnudeln braten

Die **Schupfnudeln** in der Pfanne mit 1-2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 5-6Min. goldgelb anbraten, dabei vorsichtig mit einem Kochlöffel voneinander trennen und die **Schupfnudeln** regelmäßig wenden, damit sie gleichmäßig bräunen.



6. Petersilie hacken

Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken. Die **Schupfnudeln** mit dem **Weißkohl** vermengen und mit den **Speck-Zwiebeln** anrichten. Mit der **Petersilie** garnieren und servieren.