



Käsespätzle mit Zucchini

und getrockneten Tomaten, dazu Salat



ca. 25min



2 Portionen

Zu diesem Traditionsgericht tummeln sich so viele Namen wie Rezeptvariationen. Aber egal, wie du sie nennen magst oder wo sie gekocht werden: Chäschnöpfli (Schweiz), Kässpätzn (Schwaben) oder Kasnockn (Steiermark) sind überall so lecker, dass niemand genug davon bekommen kann! Probier es aus mit geriebener Zucchini und goldbraun im Ofen überbacken!

Was du von uns bekommst

- 1 Zucchini
- 1 Pck. getrocknete Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 400g frische Spätzle ^{1,2}
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 100g junger Gouda, gerieben ³
- 1 Tomate
- 100g gemischter Salat

Was du zu Hause benötigst

- 200ml Milch ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ⁴

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe

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

Allergene

Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3), **Schwefeldioxid und Sulphite** (4).

Nährwertangaben pro Portion

Energie 794kcal, Fett 41.3g, Kohlenhydrate 74.2g, Eiweiß 30.6g



1. Zucchini reiben

Den Backofen Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. **Tipp:** Falls vorhanden, die Grillfunktion zuschalten. Die **Zucchini** mit einer Küchenreibe grob raspeln, mit 1 kräftigen Prise Salz vermischen und ca. 5Min. ziehen lassen.



4. Spätzle mitbraten

Die **Spätzle** hinzugeben und 3-4Min. mitbraten, dann mit 200ml Milch ablöschen und ca. 1Min. leicht einköcheln lassen. Die **½ der Gewürzmischung** unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Zwiebeln anbraten

Die **getrockneten Tomaten** fein hacken. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig anbraten.



5. Spätzle überbacken

Die **Zucchini-Spätzle-Mischung** mit der **½ des Käses** vermischen und in eine Auflaufform geben. Den **restlichen Käse** darüberstreuen und die **Spätzle** 6-10Min. im Ofen überbacken, bis der **Käse** goldbraun geschmolzen ist.



3. Zucchini braten

Die **Zucchini** mit den Händen oder in einem Geschirrtuch gut auswringen, um möglichst viel Flüssigkeit zu entfernen. Dann mit den **getrockneten Tomaten** in die Pfanne geben, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und alles 5-6Min. braten, bis die **Zucchini** leicht gebräunt sind.



6. Salat zubereiten

Inzwischen die **Tomate** in 1-2cm kleine Würfel schneiden. Aus 1EL Olivenöl, 1EL Balsamicoessig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren und mit den **Tomaten** und dem **Salat** vermengen. Die **Käsespätzle** mit dem **Salat** anrichten und servieren.