MARLEY SPOON



Knusprige Spätzle-Speck-Pfanne

mit Apfel-Sauerkraut und Radieschensalat

20-30min 4 Portionen

Sauerkraut gehört zur deutschen Küche einfach dazu. Hier erhält es durch Apfel und Zwiebel eine feine süß-säuerliche Note. Gebratene Spätzle mit knusprigen Speckwürfelchen sowie ein knackiger Radieschensalat runden das Gericht ab – ein einfaches, schmackhaftes Essen für jeden Tag.

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Äpfel
- 500g Weinsauerkraut
- 2 Bund Radieschen
- 2 Pck. Speckwürfel
- 20g Petersilie
- 500g Spätzle [1,2]

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2).

Kann Spuren enthalten von: Senf, Sojabohnen

Nährwertangaben pro Portion

Energie 745kcal, Fett 38.0g, Kohlenhydrate 72.9g, Eiweiß 22.6g



1. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Äpfel** vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Das **Sauerkraut** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dabei so viel Flüssigkeit wie möglich herausdrücken.



2. Zutaten braten

Die **Zwiebeln** und die **Äpfel** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze in 2–3Min. farblos anschwitzen. Mit 200ml Wasser ablöschen und kurz aufkochen lassen.



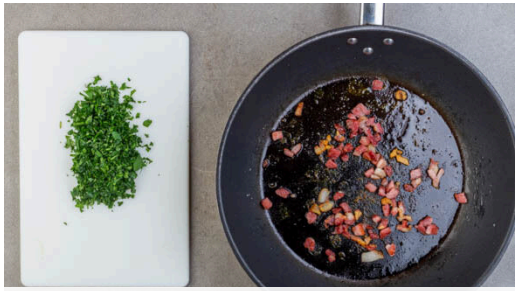
3. Sauerkraut garen

Das **Sauerkraut** zu den **Zwiebeln** und **Äpfeln** hinzugeben und alles bei mittlerer Hitze ca. 10Min. abgedeckt köcheln lassen. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Salat zubereiten

Inzwischen die **Radieschen** in feine Scheiben schneiden. In einer Schüssel mit 2EL Pflanzenöl und 1EL Essig zu einem **Salat** vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Speck braten

Parallel in einer zweiten Pfanne den **Speck** ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 3–4Min. sanft braten und das Fett austreten lassen. Währenddessen die **Petersilienblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken.



6. Spätzle braten

Die **Spätzle** mit 2EL Pflanzenöl zum **Speck** in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze in ca. 5Min. goldbraun und knusprig braten. Die **Petersilie** unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das **Sauerkraut** nach Wunsch erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann mit der **Spätzle-Speck-Pfanne** anrichten und mit dem **Radieschensalat** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**