MARLEY SPOON



Spätzle mit Bio-Rinderhack und Sauerkraut

würzig-fein mit Camembert

ca. 30min 4 Portionen

So hast du Spätzle bestimmt noch nicht gegessen! Aber auch in der herb-cremigen Sauce mit würzigem Camembert sowie Karotten, Zwiebeln und saftigem Bio-Rinderhack macht sich der Eiernudelklassiker ausgesprochen gut. Dazu gibt es noch einen Klassiker, der sich heute ebenfalls abenteuerlich gibt: Das Sauerkraut wird mit Knobi in der Pfanne angebraten, bevor es auf den Spätzle serviert wird. Lecker!

Was du von uns bekommst

- 2 Karotten
- 2 Zwiebeln
- 2 Camemberts [3]
- 500g Bio-Rinderhackfleisch
- 500g Spätzle [1,2]
- 2 Knoblauchzehen
- 500g Weinsauerkraut
- 20g Schnittlauch

Was du zu Hause benötigst

- 125ml Milch [3]
- 80g Butter [3]
- 2EL Weizenmehl [2]
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- kleiner Topf
- Wasserkocher
- Küchenwaage
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3).

Kann Spuren enthalten von: Senf, Sojabohnen

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1039kcal, Fett 57.7g, Kohlenhydrate 71.2g, Eiweiß 51.7g



1. Gemüse anbraten

Die **Karotten** ggf. schälen, längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Das **Gemüse** in einer großen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze in 5–7Min. goldbraun anbraten.



2. Mehlschwitze anrühren

50g Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer bis niedriger Hitze zum Schmelzen bringen, dann 2EL Mehl einrühren. Die **Mehlschwitze** 1–2Min. erwärmen.



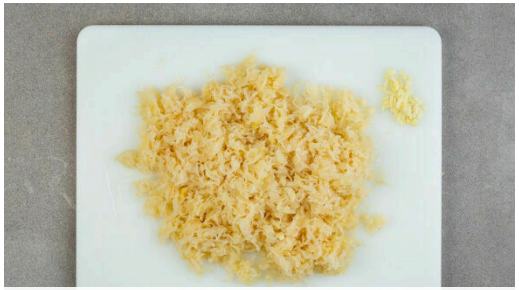
3. Sauce fertigstellen

Den **Camembert** grob würfeln, dabei ggf. die Käserinde entfernen. 125ml Milch und 150ml Wasser in dem Topf mit der **Mehlschwitze** verrühren. Den **Camembert** stückchenweise zugeben und unter Rühren schmelzen lassen. Die **Käsesauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei niedriger Hitze leicht einköcheln lassen.



4. Spätzle mitbraten

Das **Hackfleisch** zu dem **Gemüse** in die Pfanne geben, bei mittlerer bis starker Hitze 3–4Min. krümelig anbraten und mit ½TL Salz würzen. Die **Spätzle** unterheben und bei starker Hitze 3–4Min. mitbraten, dann die **Sauce** zugießen und alles gut vermengen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Spätzle** abgedeckt warm halten.



5. Sauerkraut vorbereiten

1,5L Wasser in einem Wasserkocher aufkochen. Inzwischen den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Das **Sauerkraut** in einem Sieb mit dem kochenden Wasser übergießen und anschließend mit einem Messer oder einer Schere grob zerkleinern.



6. Sauerkraut braten

Den **Knoblauch** in einer zweiten großen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze 1–2Min. anbraten, dann das **Sauerkraut** hinzugeben und weitere 2–3Min. braten. Den **Schnittlauch** grob schneiden. Die **Spätzle samt Rinderhack** auf Teller verteilen, das **Sauerkraut** darauf anrichten und mit dem **Schnittlauch** garniert servieren.