

Frische Eierspätzle mit Bacon in cremiger Tomaten-Spinat-Soße

Family One-Pot-Gericht Thermomix kocht • 797 kcal • Tag 3 kochen



frische Eierspätzle



Bacon (Scheiben)



Babyspinat



Tomate



Knoblauchzehe



Crème fraîche



geriebener Hartkäse



Hühnerbrühe



Schalotte



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

thermomix

20 [20 | 25] Min.

25 [25 | 30] Min.

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

Thermomix® und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Eierspätzle 8 15)	400 g	600 g	800 g
Bacon (Scheiben)	100 g	125 g	200 g
Babyspinat	150 g	200 g	300 g
Tomate NL ES BE PL MA	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Crème fraîche 7)	100 g	150 g**	200 g
geriebener Hartkäse 7 8)	40 g	60 g	80 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Schalotte DE NL FR	1	2	2

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 490 g)
Brennwert	680 kJ/163 kcal	3334 kJ/797 kcal
Fett	9,38 g	45,95 g
– davon ges. Fettsäuren	4,38 g	21,44 g
Kohlenhydrate	13,16 g	64,50 g
– davon Zucker	1,14 g	5,61 g
Eiweiß	5,88 g	28,80 g
Salz	1,018 g	4,987 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) 8) Eier 15) Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland FR: Frankreich NL: Niederlande ES: Spanien BE: Belgien PL: Polen MA: Marokko



Zu Beginn

Tomaten grob würfeln.

Bacon in ca. 1 cm Streifen schneiden.

Schalotte und **Knoblauch** abziehen, **Schalotte** halbieren. **Knoblauch** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.



Dünsten

Baconstreifen und 10 g [15 g | 20 g] **Öl*** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dünsten.



Soße zubereiten

Crème fraîche, **Hühnerbrühpulver**, **Tomaten** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und ohne Messbecher **6 Min./95 °C/☞/Stufe 1** kochen.

Währenddessen den **Spinat** portionsweise durch die Deckelöffnung zugeben, anschließend Messbecherdeckel aufsetzen.



Spätzle braten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Spätzle** darin 4 – 6 Min. braten und gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind.



Spätzle vollenden

Tomatenwürfel zur **Soße** in den Mixtopf zugeben und **3 Min./95 °C/☞/Stufe 1** kochen.

Nach der Garzeit **Spinatsoße** aus dem Mixtopf über die **Spätzle** in die Pfanne zugeben, alles vermengen und ca. 1 Min. köcheln lassen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Spätzle auf Teller verteilen, **Hartkäse** darüberstreuen und genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

