

# Gebratene Spätzle mit Bacon und Spitzkohl

dazu würziger Reibekäse und Schnittlauch

Family Thermomix kocht • 970 kcal • Tag 5 kochen

14



Bacon (Scheiben)



frische Eierspätzle



Spitzkohl



würziger Gouda, gerieben



Kochsahne



Zwiebel



Schnittlauch



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



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz\*, Pfeffer\*, Wasser\*, Öl\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Pfanne und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Bacon (Scheiben)	100 g	125 g	200 g
frische Eierspätzle <b>8</b>   <b>15</b> )	400 g	600 g	800 g
Spitzkohl <b>DE</b>	1	1	2
würziger Gouda, gerieben <b>7</b> )	50 g	75 g	100 g
Kochsahne <b>7</b> )	150 g	300 g	300 g
Zwiebel <b>DE</b>   <b>NL</b>   <b>EG</b>	1	1	2
Schnittlauch	10 g	10 g	10 g

\*\*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. 650 g)
Brennwert	627 kJ/150 kcal	4057 kJ/970 kcal
Fett	6,8 g	44,3 g
– davon ges. Fettsäuren	3,2 g	20,6 g
Kohlenhydrate	11,2 g	72,5 g
– davon Zucker	1,8 g	11,9 g
Eiweiß	4,8 g	30,9 g
Salz	0,58 g	3,75 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 **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten



## Zwiebel zerkleinern

**Zwiebel** abziehen und halbieren.

**Zwiebel** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Rühraufsatz in den Varoma-Behälter legen, damit genügend Garschlitze frei bleiben.



## Für die Spätzlepfanne

**Bacon** in ca. 1 cm Streifen schneiden.

**Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.

5 Min. vor Ende der Varoma-Garzeit in einer großen Pfanne 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl\*** auf mittlerer Stufe erhitzen. **Zwiebelwürfel** und **Baconstreifen** darin 2 – 3 Min. anbraten.

**Tipp:** Nutze für 3 und 4 Personen 2 Pfannen.



## Dampfgaren vorbereiten

**Spitzkohl** ohne Strunk in grobe Stücke schneiden.

300 g davon in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 4** zerkleinern und in den Varoma-Behälter geben.

Restlichen [300 g] **Spitzkohl** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 4** zerkleinern und in den V-Behälter zugeben.

[Restlichen **Spitzkohl** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 4** zerkleinern und ebenfalls in den **Varoma** zugeben.]

**Spätzle** auf dem **Spitzkohl** verteilen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und Varoma verschließen.



## Spätzlepfanne vollenden

Varoma abnehmen, vorsichtig öffnen (**Achtung: heiß!**) und Rühraufsatz entfernen.

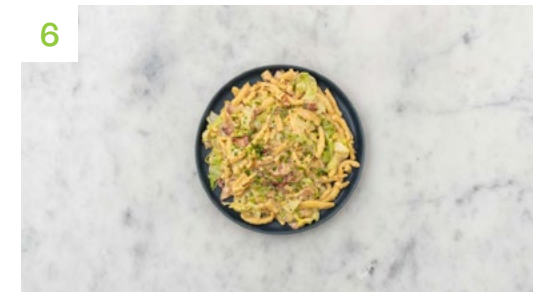
**Spätzle** und **Spitzkohl** in die Pfanne zugeben, kurz mitbraten, mit **Kochsahne** ablöschen und einmal kurz aufkochen lassen. Je nach Geschmack mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## Dampfgaren

500 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **18 Min.** [19 Min. | 20 Min.]/**Varoma/Stufe 1** dampfgaren.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## Anrichten

**Gouda** über die **Spätzle** streuen und alles noch einmal in der Pfanne verrühren.

Gebratene **Spätzle** auf Teller verteilen, mit **Schnittlauchröllchen** bestreuen 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>

