

# Grünkohl-Schupfnudel-Pfanne in Bacon-Sahne-Soße mit Champignons

Family Thermomix kocht • 708 kcal • Tag 5 kochen

1



Kochsahne



Champignons



Zwiebel



Knoblauchzehe



Baby Grünkohl



Schupfnudeln



Bacon (Scheiben)



Gewürzmischung  
„Hello Paprika“



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

thermomix

15 [20 | 20] Min.

25 [25 | 30] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Kochutensilien

Thermomix® und 1 [2] große Pfanne

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kochsahne <b>7)</b>	200 g	300 g**	400 g
Champignons	225 g	300 g	375 g
Zwiebel <b>DE   NL   NZ</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Baby Grünkohl	100 g	150 g	200 g
Schupfnudeln <b>15)</b>	400 g	600 g	800 g
Bacon (Scheiben)	100 g	125 g	200 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	4 g	4 g
Öl*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\*Gut, im Haus zu haben

\*\*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. 570 g)
Brennwert	519 kJ/124 kcal	2964 kJ/708 kcal
Fett	6,13 g	35,03 g
– davon ges. Fettsäuren	3,03 g	17,31 g
Kohlenhydrate	12,42 g	71,00 g
– davon Zucker	3,14 g	17,96 g
Eiweiß	4,52 g	25,83 g
Salz	0,789 g	4,510 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) **15)** Weizen

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

**Ursprungsländer: DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **NZ:** Neuseeland



## Vorbereiten

**Knoblauch** und **Zwiebel** abziehen.

**Zwiebel** halbieren.

**Champignons** in Scheiben schneiden.

**Baconscheiben** in 1 cm breite Streifen schneiden.



## Dünsten

**Zwiebel** und **Knoblauch** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [15 g | 20 g] **Öl\*** zugeben und **3 Min./120 °C/ Stufe 1** dünsten.

Währenddessen mit dem Anbraten beginnen.



## Bacon anbraten

**Baconstreifen** in eine kalte große Pfanne geben, verteilen und bei mittlerer Hitze erwärmen.

**Bacon** 3 – 4 Min. knusprig braten, aus der Pfanne nehmen und die Pfanne kurz beiseitestellen.



## Champignons & Schupfnudeln

**Champignonscheiben** und **Paprika-Gewürzmischung** in den Mixtopf zugeben und **3 Min./100 °C/ Stufe 1** dünsten.

Währenddessen **Schupfnudeln** in die Pfanne aus Schritt 3 geben und für ca. 5 Min. rundherum anbraten.

**Tipp:** Nutze nur so viel von dem ausgetretenen Baconfett, wie Du möchtest.



## Gleich fertig

**Sahne** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./98 °C/ Stufe 1** ohne Messbecher kochen. Während dieser Zeit **Grünkohl** nach und nach durch die Deckelöffnung zugeben.

**Schupfnudeln** in der Pfanne immer wieder wenden, damit sie gleichmäßig gebräunt sind.

Wenn die **Schupfnudeln** rundherum leicht Farbe angenommen haben, **Bacon** wieder in die Pfanne zugeben.



## Anrichten

**Champignonsoße** in die Pfanne zugeben, noch einmal aufkochen lassen, sodass die **Soße** schön cremig wird.

Jetzt erst das Gericht probieren, nach Geschmack **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und unterheben.

**Schupfnudelpfanne** auf Teller verteilen und genießen.

**Guten Appetit!**