



# ITALIENISCHE SPÄTZLEPFANNE MIT SCHWEINESCHNITZEL, Kräuterfrischkäse, Zucchini und Kirschtomaten



## EXTRA LECKERBISSEN

SCHNITZEL



rote Chilischote



Eierspätzle



Knoblauchzehe



geraspelter Hartkäse ital. Art



Frühlingszwiebeln



Petersilie



Schnittlauch



Thymian



Zucchini



Kirschtomaten



Basilikumpaste



Frischkäse



Schweineschnitzel



Semmelbrösel



Weizenmehl

35–45 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Tag 1–5 kochen

Extra Leckerbissen! Deine italienische Spätzlepfanne erfährt heute ein Upgrade durch goldbraun angebratene Schweineschnitzel. So verwöhnst Du Dich nach dem Feierabend ganz besonders. Eine völlig neue und inspirierende Variante für einen echten Klassiker – die Dir noch dazu Zeit spart, da sie schnell und unkompliziert gemacht ist! Genieße die frischen Aromen des Schwabenländles und Italiens, guten Appetit!

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **2 große Pfanne** und **1 große Schüssel**.



## 1 GEMÜSE SCHNEIDEN

Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.

**Zucchini** in 2 cm dicke Würfel schneiden.

**Knoblauch** abziehen und fein hacken.

Weißes und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** **getrennt voneinander** in feine Ringe schneiden.

**Kirschtomaten** halbieren.

50 ml [75 ml | 100 ml] heiße **Gemüsebrühe\*** zubereiten.



## 4 SPÄTZLE BRATEN

In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen und **Spätzle** darin ca. 5 Min. knusprig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und in einer großen Schüssel zwischenlagern.

Hitze reduzieren und in der selben Pfanne wieder 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen und das Weiße der **Frühlingszwiebeln**, restlichen **Knoblauch** für 1 Min. anschwitzen.

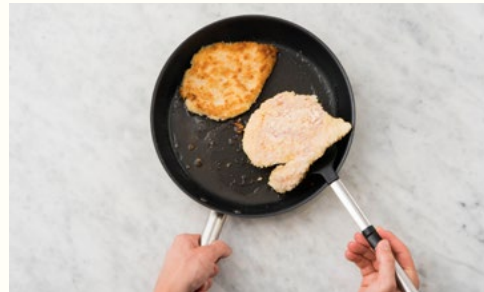


## 2 FÜR DEN KRÄUTERFRISCHKÄSE

**Chili** halbieren, Kerne entfernen und fein hacken (**Achtung: scharf!**).

Blätter der **Kräuter** abzupfen und fein hacken.

In einer kleinen Schüssel **Frischkäse**, **Gemüsebrühe\***, **Basilikumpaste**, gehackte **Kräuter** und **Chili** miteinander vermischen.



## 5 SOSSE & SCHNITZEL

In einer zweiten großen Pfanne ca. 100 ml **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Schnitzel** je Seite ca. 3 – 7 Min. darin braten, bis sie goldbraun sind, dabei immer wieder mit einem Löffel **Öl\*** übergießen. **★TIPP:** Keine Angst vor der großen Menge Öl, die Semmelbrösel saugen nicht alles davon auf, wenn Du das Öl vorher erwärmst.

Pfanne mit **Gemüse** mit dem **Kräuterfrischkäse** ablöschen. Gebratene Spätzle und in die halbierten **Kirschtomaten** in die **Soße** geben. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 3 BACKEN UND PANIEREN

Auf einem mit Backpapier belegtem Backblech **Zucchini** mit **Halfte** des **Knoblauchs** und 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl\*** und etwas **Salz\*** mischen und auf mittlerer Schiene im Ofen 15 – 18 Min. backen.

3 tiefe Teller vorbereiten: Auf dem 1. Teller **Mehl** verteilen. Im 2. Teller 1 [2 | 2] **Ei\*** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** verquirlen. Auf den 3. Teller **Semmelbrösel** geben. **Schnitzel** zuerst im **Mehl** wenden, dann durch das **Ei\*** ziehen und zuletzt rundherum mit **Semmelbröseln** panieren (diese gut andrücken).



## 6 ANRICHTEN

**Spätzlepfanne** auf tiefen Tellern verteilen, mit gebackener **Zucchini** toppen und mit geriebenem **Hartkäse** und den grünen **Frühlingszwiebelringen** bestreuen. **Schnitzel** dazu reichen.

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini <b>BE   NL</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Frühlingszwiebeln <b>DE   IT</b>	2	3	4
Kirschtomaten	200 g	300 g	400 g
rote Chilischote <b>NL   ES</b>	1	1	2
Petersilie/Schnittlauch/Thymian	10 g	10 g	10 g
Frischkäse <sup>5)</sup>	200 g	300 g	400 g
Basilikumpaste	15 ml	15 ml	24 ml
Eierspätzle <sup>1) 2)</sup>	400 g	600 g	800 g
geraspelter Hartkäse ital. Art <sup>5)</sup>	20 g	20 g	40 g
Schweineschnitzel	280 g	420 g	560 g
Semmelbrösel	100 g	150 g	200 g
Weizenmehl <sup>1)</sup>	50 g	75 g	100 g
Gemüsebrühe* für Schritt 1	50 ml	75 ml	100 ml
Ei* <sup>2)</sup> für Schritt 2	1	2	2
Öl* für Schritt 3 und 4	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Öl* für Schritt 5		ca. 100 ml	
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. 750 g)
Brennwert	641 kJ/153 kcal	5.483 kJ/1.311 kcal
Fett	7 g	60 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	25 g
Kohlenhydrate	15 g	125 g
- davon Zucker	2 g	13 g
Eiweiß	8 g	64 g
Salz	1 g	5 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

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

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

### URSPRUNGSLÄNDER

**BE:** Belgien **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **DE:** Deutschland **IT:** Italien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

**DE** +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
**AT** +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at