



Herzhafte Pilzpfanne

mit Spätzle und Dill-Dip



20-30min



2 Personen

Ein herzhaftes Gulasch wärmt Bauch und Herz: Wir kochen es aus Tomaten, Knoblauch und Zwiebeln, schmecken mit einer deftigen Gewürzmischung ab und köcheln darin Paprika und feine Pilze. Dazu gibt es Spätzle und einen frischen Sauerrahm-Dip mit Dill. An Guadn!

Was du von uns bekommst

- passierte Tomaten
- rote Paprika
- Champignons
- Paprikapulver
- Laszlos Gulaschgewürz
- Knoblauchzehe
- Spätzle ^{1,3}
- Zwiebel
- Dill
- Sauerrahm ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Gemüsesuppenwürfel
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 700.0kcal, Fett 24.6g, Eiweiß 28.6g, Kohlenhydrate 78.9g



1. Gemüse vorbereiten

Pilze mit einem feuchten Küchenpapier von evtl. Dreck reinigen, Strunk kürzen und Pilze vierteln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Die **Paprika** halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in dünne Streifen schneiden. **Knoblauch** schälen und klein schneiden. Mittelgroßen Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser zum Kochen bringen.



4. Dip rühren

Inzwischen den **Dill** ohne harte Stiele grob hacken und die Hälfte davon in den **Sauerrahm** geben. Sauerrahm mit etwas Salz und Pfeffer cremig rühren.



2. Pilze braten

Eine große Pfanne mit 1EL Öl stark erhitzen. Die **Pilze** darin ca. 3-4Min. scharf anbraten, bis sie deutliche Röstspuren aufweisen. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne aufheben.



5. Spätzle kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Spätzle** darin ca. 3-4Min. gar köcheln, anschließend absieben und warm halten.



3. Gulasch zubereiten

Die Pfanne erneut mittelhoch erhitzen und **Paprika, Zwiebeln, Knoblauch, Gewürzmischung** und 1TL **Paprikapulver** ca. 1-2Min. anrösten, dann mit den **passierten Tomaten** und 100ml Wasser ablöschen. Einen halben Gemüsesuppenwürfel darin auflösen und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Gulasch ca. 12-15Min. weiter köcheln.



6. Gulasch fertigstellen

Zum Schluss die **Pilze** ins Gulasch geben und weiter ca. 1-2Min. mitköcheln, das **Gulasch** evtl. mit mehr **Paprikapulver** abschmecken. Gulasch mit den **Spätzle** anrichten und den **Sauerrahm-Dip** dazuservieren. Mit dem übrigen **Dill** garnieren.