

# MARLEY SPOON



## Geselchtes mit Spaghetti

und Grünkohl in Cremesauce



20-30min



2 Personen

Es ist Pasta-Zeit! Der Winter ruft nach einer deftigen Variante des italienischen Leckerbissens, also tischen wir heute eine cremige Frischkäse-Sauce mit winterlichem Blattkohl auf. Gekrönt wird das Ganze durch knusprig angebratenes Geselchtes. Blattkohl ist übrigens unschlagbar was den Vitamin- und Nährstoffgehalt angeht! Da schmeckt es uns gleich doppelt so gut!



## Was du von uns bekommst

- Geselchtes
- Grünkohl
- Spaghetti <sup>1</sup>
- Senf <sup>10</sup>
- Crème fraîche <sup>7</sup>
- Kerbel
- Alles im Grünen

## Was du zu Hause benötigst

- Gemüsesuppenwürfel
- 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 785.0kcal, Fett 26.1g, Eiweiß 34.9g, Kohlenhydrate 98.6g



### 1. Grünkohl scheiden

Einen mittelgroßen Topf mit 1TL Salz und Wasser für die **Spaghetti** zum Kochen bringen. **Grünkohl** vom Strunk befreien, dann halbieren und in dünne Streifen schneiden oder fein hacken.



### 4. Kohl braten

In der selben Pfanne den **Kohl** mit 3-4EL Wasser für ca. 4Min. bissfest braten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.



### 2. Geselchtes braten

**Geselchtes** in ca. 1cm kleine Würfel schneiden. Eine große Pfanne mittelhoch erhitzen und **Geselchtes** darin ca. 4-6Min. knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Die Pfanne behalten.



### 5. Sauce zubereiten

Den **Grünkohl** mit 100ml Wasser ablöschen, einen halben Gemüsesuppenwürfel darin auflösen und die **Crème fraîche** in der Pfanne schmelzen lassen. Den **Senf** und 1EL **Gewürzmischung** unterheben und ca. 2-3Min. einkochen. Etwas Pastawasser dazugeben, damit eine cremige **Sauce** entsteht.



### 3. Spaghetti kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Spaghetti** darin ca. 8Min. bissfest kochen, dann absieben und eine halbe Tasse vom Kochwasser auffangen. **Spaghetti** für den Moment warm beiseitetellen. Den **Kerbel** von den Stängeln zupfen und grob hacken.



### 6. Fertigstellen

Die **Spaghetti** mit der  **Hälfte** des **Kerbels** in die **Kohlpfanne** geben und gut miteinander vermengen, evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Spaghetti** auf die Teller geben und **Geselchtes** drüber verteilen, mit dem übrigen **Kerbel** garnieren.