



## Schupfnudel-Krautfleckerl

mit Speck und Petersilie



20-30min



3-4 Personen

Fleckerl sind eigentlich kurze Bandnudeln und in der österreichischen Küche sehr beliebt. Wir sind so frei und bereiten diesen Klassiker, in dem sie üblicherweise verwendet werden, heute mal mit Schupfnudeln zu. Nicht fehlen darf natürlich der Weißkohl, der klein geschnitten mit Apfelsaft und Kümmel in der Pfanne gegart wird. Zum Schluss wird alles mit gebratenen Zwiebeln und Speck sowie frisch...

## Was du von uns bekommst

- Apfelsaft
- Kümmel
- Zwiebeln
- Schupfnudeln 1,3,9
- Weißkohl
- frische Petersilie
- gewürfelter Speck

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Pfanne
- Kochtopf

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 735kcal, Fett 34.2g, Kohlenhydrate 68.6g, Eiweiß 27.2g



**1. Zwiebeln schneiden**

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Halbringe schneiden.



**2. Kraut schneiden**

Den **Weißkohl** teilen und den Strunk entfernen. Den **Kohl** in ca. 1-2cm dicke Scheiben und diese dann in ca. 2-3cm große Stücke schneiden.



**3. Speckzwiebeln anbraten**

In einer großen Pfanne den **Speck** ohne Öl bei mittlerer Hitze ca. 2-3Min. kross anbraten. Dann die **Zwiebeln** hinzugeben und 2-3Min. goldbraun anbraten. Den **Speck** und die **Zwiebeln** aus der Pfanne nehmen und die Pfanne beiseitestellen.



**4. Kraut zubereiten**

In einem großen Topf 2-3EL Pflanzenöl erhitzen und den **Kohl** darin 3-5Min. leicht anbraten, den **Kümmel** nach Geschmack einstreuen. Mit dem **Apfelsaft** ablöschen und ca. 10-15 Min. einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist oder bis das **Kraut** weich ist. Mit Salz, Pfeffer und etwas Essig kräftig abschmecken.



**5. Schupfnudeln braten**

Inzwischen die **Schupfnudeln** mit ca. 2-3TL Pflanzenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze in 5-6Min. goldgelb anbraten. Die **Schupfnudeln** dabei vorsichtig mit dem Kochlöffel voneinander trennen, damit sie von allen Seiten gebraten sind.



**6. Petersilie hacken**

Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken. Das **Kraut** unter die **Schupfnudeln** mischen und die **Speckzwiebeln** darübergerben. Mit der **Petersilie** garniert servieren.