

Käsespätzlipfanne mit Speck und Wirz und frischen Kräutern

Family **Zeit Sparen** 15 – 25 Minuten • 856 kcal • Tag 5 kochen

29



frische Eierspätzli



Wirz, geschnitten



Frühstücksspeck gewürfelt



Reibekäse aus Saland



Halbrahm aus Saland



Schnittlauch



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab. Zum Kochen benötigst Du ausserdem 1 grosse Bratpfanne.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Pfeffer*, Wasser*, Salz*, Öl*, Rindsbouillonpulver*

Kochutensilien

1 grosse Bratpfanne

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
frische Eierspätzli 8 15	1 x 400 g	1 x 800 g
Wirz, geschnitten	1 x 250 g	1 x 500 g
Frühstücksspeck gewürfelt	1 x 90 g	2 x 90 g
Reibekäse aus Saland 7	1 x 100 g	2 x 100 g
Halbrahm aus Saland 7	1 x 150 g	2 x 150 g
Schnittlauch	1 x 10 g**	1 x 10 g

**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. 530 g)
Brennwert	673 kJ/ 161 kcal	3581 kJ/ 856 kcal
Fett	9 g	48 g
- davon ges. Fettsäuren	1.9 g	10.3 g
Kohlenhydrate	11.6 g	61.6 g
- davon Zucker	3.1 g	16.7 g
Eiweiss	6.8 g	36.4 g
Salz	0.82 g	4.38 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) **8** Eier **15** Weizen

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



1 Spätzli braten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen.

Spätzli zusammen mit dem **Speck** darin für 3 Min. knusprig anbraten.



2 Gemüse hinzufügen

Geschnittenen **Wirsing** zu den **Spätzli** in die Bratpfanne geben und weitere 3 – 5 Min. anbraten.



3 Kräuter schneiden

Inzwischen **Schnittlauch** in Röllchen schneiden.



4 Für die Sauce

Hitze reduzieren und **Spätzli** mit **Halbrahm**, 50 ml [100 ml] **Wasser*** und 4 g [8 g] **Rindsbouillonpulver*** ablöschen. Einmal aufkochen lassen.



5 Sauce vollenden

Geriebenen **Käse** unter die **Sauce** heben und die **Sauce** mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 Anrichten

Spätzlipfanne auf tiefe Teller verteilen, mit gehackten **Kräutern** bestreuen und geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über <http://www.hellofresh.ch/freunde> ein!



Cheese spaetzle noodles with bacon and savoy cabbage and fresh herbs

Family Save time 15–25 minutes • 856 kcal • Cook on day 5

29



Fresh spaetzle egg noodles



Sliced savoy cabbage



Diced breakfast bacon



Grated cheese from Saland



Single cream from Saland



Chives

Let's get started

Wash the vegetables and herbs. You will also need 1 large frying pan.

Basics from your kitchen*

Pepper*, water*, salt*, oil*, beef stock powder*

Cooking utensils

1 large frying pan

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Fresh spaetzle egg noodles 8) 15)	1 x 400 g	1 x 800 g
Sliced savoy cabbage	1 x 250 g	1 x 500 g
Diced breakfast bacon	1 x 90 g	2 x 90 g
Grated cheese from Saland 7)	1 x 100 g	2 x 100 g
Single cream from Saland 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Chives	1 x 10 g**	1 x 10 g

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 530 g)
Calories	673 kJ/161 kcal	3581 kJ/856 kcal
Fat	9 g	48 g
- of which saturated fats	1.9 g	10.3 g
Carbohydrate	11.6 g	61.6 g
- of which sugar	3.1 g	16.7 g
Protein	6.8 g	36.4 g
Salt	0.82 g	4.38 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: 7) Milk (including lactose) **8)** Eggs **15)** Wheat

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)



1 Fry the spaetzle

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* in a large frying pan.

Fry the spaetzle together with the bacon for 3 min. until crispy.



2 Add the vegetables

Add the chopped cabbage to the spaetzle in the pan and sauté for another 3-5 min.



3 Chop the herbs

Meanwhile, cut the chives into rings.



4 For the sauce

Reduce the heat and deglaze the spaetzle with the single cream, 50 ml [100 ml] water* and 4 g [8 g] beef stock powder*. Bring to the boil.



5 Finish the sauce

Mix the grated cheese into the sauce and season with salt* and pepper*.



6 Serve

Apportion the spaetzle onto deep plates, sprinkle with chopped herbs and enjoy.

Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at www.hellofresh.ch/freunde/



Poêlée de spätzli au fromage avec lardons et chou blanc et herbes fraîches

Famille **Gain de temps** 15 – 25 minutes • 856 kcal • Cuisiner au 5e jour

29



Spätzli frais aux œufs



Chou blanc, coupé



Lardons



Fromage râpé de Saland



Crème demi-écrémée de Saland



Ciboulette



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

C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes. Vous aurez également besoin d'une grande poêle pour cette recette.

Basiques dans votre cuisine*

Poivre*, eau*, sel*, huile*, bouillon de bœuf en poudre*

Ustensiles de cuisine

1 grande poêle

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Spätzli frais aux œufs 8) 15)	1 x 400 g	1 x 800 g
Chou blanc, coupé	1 x 250 g	1 x 500 g
Lardons	1 x 90 g	2 x 90 g
Fromage râpé de Saland 7)	1 x 100 g	2 x 100 g
Crème demi-écrémée de Saland 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Ciboulette	1 x 10 g**	1 x 10 g

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box, de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 530 g)
Valeur calorique	673 kJ/ 161 kcal	3581 kJ/ 856 kcal
Lipides	9 g	48 g
- dont acides gras saturés	1,9 g	10,3 g
Glucides	11,6 g	61,6 g
- dont sucre	3,1 g	16,7 g
Protéines	6,8 g	36,4 g
Sel	0,82 g	4,38 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : 7) lait (comprenant du lactose) 8) œufs 15) blé

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



1 Faire dorer les spätzli

Dans une grande poêle, faire chauffer 1 cs [2 cs] d'huile*. Faire revenir les spätzli avec les lardons pendant 3 min, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants.



2 Ajouter les légumes

Verser le chou coupé dans la poêle avec les spätzli et faire revenir pendant 3 à 5 min supplémentaires.



3 Couper les fines herbes

Pendant ce temps, couper la ciboulette en rondelles.



4 Pour la sauce

Réduire le feu et déglacer les spätzli avec la crème demi-écrémée, 50 ml [100 ml] d'eau* et 4 g [8 g] de bouillon de bœuf en poudre*. Porter à ébullition.



5 Finir la sauce

Mélanger le fromage râpé à la sauce et assaisonner la sauce avec du sel* et du poivre*.



6 Dresser

Répartir la poêlée de spätzli dans des assiettes creuses, saupoudrer d'herbes hachées et déguster.

Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi ! Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur www.hellofresh.ch/freunde/

