

FrISChe Eierspätzli mit Speck und Lauch in cremiger Sauce

Family 25 – 35 Minuten • 805 kcal • Tag 5 kochen

14



frISChe Eierspätzli



Frühstücksspeck in Scheiben



Lauch



Tomaten



Knoblauchzehe



Crème fraîche aus Saland



Hartkäse ital. Art, gerieben



Eschalotte



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*, Pfeffer*, Pouletbouillonpulver*, Wasser*

Kochutensilien

1 grosse Schüssel und 1 grosse Bratpfanne

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
frische Eierspätzli 8) 15)	1 x 400 g	1 x 800 g
Frühstücksspeck in Scheiben	1 x 75 g	2 x 75 g
Lauch	1 x 200 g	2 x 200 g
Tomaten	1 x 100 g	2 x 100 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Crème fraîche aus Saland 7)	1 x 100 g	2 x 100 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	1 x 40 g	2 x 40 g
Eschalotte	1 x 50 g	2 x 50 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. 490 g)
Brennwert	685 kJ/ 164 kcal	3369 kJ/ 805 kcal
Fett	9.7 g	47.6 g
– davon ges. Fettsäuren	4.2 g	20.4 g
Kohlenhydrate	13.5 g	66.3 g
– davon Zucker	1.6 g	7.7 g
Eiweiss	5.4 g	26.6 g
Salz	0.79 g	3.91 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!)



Vorbereitung

Tomate grob würfeln.

Eschalotte fein hacken.

Knoblauch fein hacken.

Lauch längs halbieren, gründlich auswaschen und in 0.5 cm Halbmonde schneiden.

Speck in ca. 1 cm Streifen schneiden.

Spätzli braten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Olivenöl*** bei mittlerer Hitze erhitzen. **Spätzli** darin 4 – 6 Min. anbraten und gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind. **Spätzli** anschliessend aus der Pfanne nehmen, in eine grosse Schüssel umfüllen und beiseitestellen.

Speck anbraten

Dieselbe grosse Bratpfanne ohne weitere Fettzugabe erneut bei mittlerer Hitze erwärmen.

Speckstreifen darin 4 – 5 Min. anbraten, bis sie schön knusprig sind.

Lauch und **Eschalottenwürfel** hinzugeben und weitere 5 – 6 Min. braten.

Gemüse hinzufügen

Hitze reduzieren, **Knoblauch** und **Tomatenstücke** zum **Speck** geben, leicht **pfeffern*** und ca. 2 Min. weiterköcheln lassen.

Crème fraîche, **Pouletbouillonpulver** und 2 EL [4 EL] **Wasser*** zugeben und alles gut vermengen.

Spätzli vollenden

Gebratene **Spätzli** in die **Sauce** geben und vorsichtig unterheben. **Sauce** 1 Min. weiterköcheln lassen.

Anrichten

Spätzli auf Teller verteilen, **Hartkäse** darüberstreuen 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!