



KW 19

2017

Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #HellofreshCH bei uns auf



Hello Fresh [kundenservice@hellofresh.ch](mailto:kundenservice@hellofresh.ch)

## Mohn-Schupfnudeln

mit Pflaumen-Kompott und Vanillesauce

 (Food)Love is in the air ... ! Passend zum Muttertag in dieser Woche haben wir dieses traumhaft-feine Gericht entwickelt. Überrasche Deine Mama mit einem schönen Dinner. Dieses Gericht ist übrigens kinderleicht zu kochen, darum kann es auch von Kindern gekocht werden! Viel Freude beim Kochen.

 25 Min.

 Stufe 1

 veggie

 schnell



Schupfnudeln



Mohn



Pflaumen



Orange



Bourbon-Vanille



Mandelstifte



Vollmilch



Gewürzmischung

Zutaten in Deiner Box\*..... 2 Personen..... 4 Personen .....

Pflaumen	3	6
Orange	1	2
Gewürzmischung „Mohn-Nudeln“	2 g	4 g
Vollmilch 7)	2.5 dl	5 dl
Bourbon-Vanille 15)	1 g	2 g
Schupfnudeln 1) 3)	400 g	800 g
Mohn 15)	5 g	10 g
Mandelstifte 1) 8)	20 g	40 g

\* Bio ist uns wichtig. Wenn Du wissen möchtest welche **Zutaten** Bio sind, informiere Dich auf HelloFresh.ch unter **Unsere Lieferanten**.

☺ Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

**Was zum Kochen gebraucht wird**

Gemüseraffel, kleiner Topf (2), kleine Schüssel, grosse Bratpfanne

**Allergene**

1) Gluten 3) Ei 7) Lactose 8) Schalenfrüchte 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

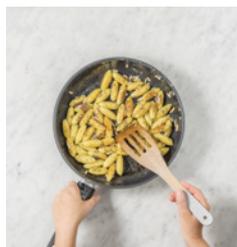
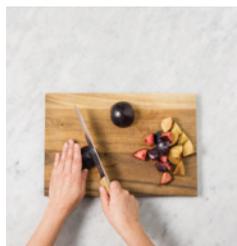
**Gut im Haus zu haben**

Speisestärke, Zucker, Butter

Nährwerte	Energie	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Ballaststoffe	Zucker	Eiweiss	Salz
Portion	697 kcal/2922 KJ	21 g	4 mg	102 g	3 g	37 g	14 g	6 g
100 g	84 kcal/355 KJ	3 g	6 mg	13 g	2 g	3 g	2 g	1 g

**Schon gewusst...**

...dass unsere Schupfnudeln von Gustoso, einem Hersteller, der grossen Wert auf die Förderung von Familienbetrieben legt, für Dich produziert wurden?



**Vorbereitung:** Früchte waschen. Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen.



**1** Pflaumen halbieren, entkernen und grob zerkleinern. Dann etwas von der Schale der Orange abraffeln und Saft auspressen.

**2** Für das Pflaumen-Kompott: In einen kleinen Topf Pflaumenstücke, Gewürzmischung und Orangensaft geben und ca. 10 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Flüssigkeit reduziert ist. Zum Schluss Orangenabrieb dazugeben.

**3** Währenddessen: In einer kleinen Schüssel 1 TL Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren. In einem zweiten kleinen Topf Vollmilch, angerührte Speisestärke, Bourbon-Vanille und 1 EL Zucker unter ständigem Rühren einmal aufkochen lassen. Hitze etwas reduzieren, dabei immer weiter rühren und weiterköcheln lassen, bis die Sauce etwas dicker wird. Dann Topf vom Herd nehmen.

**4** In einer grossen Bratpfanne 1 EL Butter erwärmen, Schupfnudeln darin bei mittlerer Hitze mit 1/2 EL Zucker ca. 5 Min. anbraten und dabei karamellisieren. Dann Mohn und Mandelstifte zufügen und ca. 2 Min. weiterbraten.

**5** Mohn-Schupfnudeln auf tiefe Teller verteilen, zusammen mit Pflaumen-Kompott und Vanillesauce geniessen.

