



KÄSESPÄTZLE MIT KOHL UND KÄMMEL

Description

Für 2 Portionen

FRISCH

200 g Wirsing oder Weißkohl

2 Lauchzwiebeln 250 g Spätzle

60 ml Sahne

150 g geriebener Käse

(Emmentaler oder Bergkäse)

AUS DEM VORRAT

Salz, Pfeffer 2 EL Öl

4 TL Kümmel

1 EL Butter

100 ml Gemüsebrühe

Muskat

1/2 TL Paprikapulver, edelsüß

1. Kohl putzen, waschen, den harten Strunk entfernen und den Kohl in kleine Stücke schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Spätzle nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen

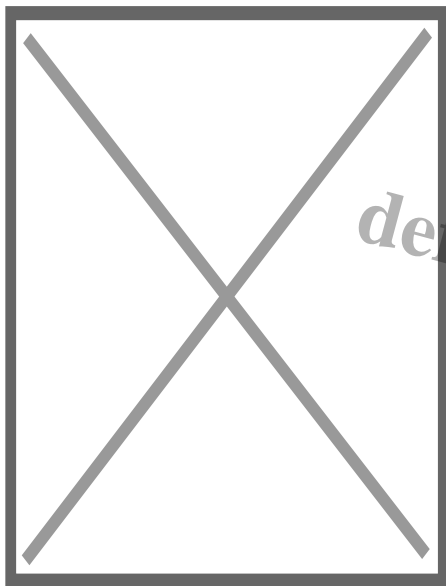
2. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Kohl darin bei starker Hitze ca. 2 Minuten unter Rühren braten. Kümmel zugeben und mitbraten. Hälfte Lauchzwiebeln und Butter zugeben und andünsten. Mit Sahne und Brühe auffüllen und bei milder Hitze leicht einkochen lassen.

default watermark

3. Spätzle abgießen, tropfnass in die Pfanne geben und durchschwenken. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Paprikapulver würzen. Käse nach und nach unterrühren und bei milder Hitze schmelzen lassen. Käsespätzle anrichten und mit den restlichen Lauch Zwiebeln bestreut servieren.

Zubereitung: ca. 25 Minuten

Pro Portion: ca. 936 kcal, 40g E, 59 g E 62 g KH



Category

- 1. Vegetarisch

Date Created

Dezember 31, 2022

Author

jeanny