



Leichter kochen,  
besser essen!



HelloFresh.de | kundenservice@hellofresh.de | HelloFresh.at | kundenservice@hellofresh.at



KW24 2015 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf

## Wohlfühlgericht: Rahmschnitzel-Pfanne mit Champignons und Karotten, dazu frische Eierspätzle

Heute gibt es Essen wie bei Mutttern, nur dass die Spätzle leider nicht handgeschabt sind. Dafür lässt sich das Gericht aber schnell zubereiten und weckt herrliche Erinnerungen. Und wenn Du die Handgriffe beherrschst, kannst du es ein andermal ja mit handgeschabten Spätzle probieren. Lass es Dir schmecken!



Schweinefleisch



Zwiebel



Karotten



Champignons



Schnittlauch



Muskatnuss, gemahlen



Senf, mittelscharf



Lorbeerblatt




Eierspätzle



Schmand

Zutaten in Deiner Box .....	2 Personen .....	4 Personen .....
Schweinefleisch (geschnetzelt)	250 g	500 g
Zwiebel	1	2
Karotten	2	4
Champignons	200 g	400 g
Schnittlauch	5 g	10 g
Muskatnuss, gemahlen 15)	1 g	2 g
Senf, mittelscharf 10) 	10 g	20 g
Lorbeerblatt	1	2
Eierspätzle 1) 3)	250 g	500 g
Schmand  7)	75 g	150 g

 Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

### Allergene

1) Gluten 3) Ei 7) Lactose  
10) Senf 15) Kann Spuren von Allergenen enthalten

### Nährwerte pro Person

Kalorien: 621 kcal  
Kohlenhydrate: 56 g  
Fett: 24 g, Eiweiß: 42 g  
Ballaststoffe: 9 g

**Gut im Haus zu haben** (bei 4 Personen Mengen verdoppeln) .....  
(Gemüse-)Brühe, Butter, Salz, Pfeffer

**Was zum Kochen gebraucht wird** .....  
2 Pfannen (eine mit Deckel)

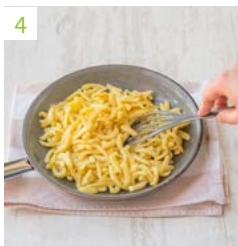


**1** Schweinefleisch aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Zimmertemperatur annehmen kann.

**2** Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Karotten schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Champignons putzen und klein schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. 300 ml Brühe zubereiten.



**3** In einer Pfanne 1 TL Butter erhitzen, Zwiebeln darin 2–3 Min. anbraten. Karotten und geschnetzeltes Schweinefleisch dazugeben und 3–5 Min. mitgaren. Champignons, Muskatnuss, Senf, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer und Brühe dazugeben und für 10–15 Min. bedeckt weiterköcheln lassen.



**4** In der Zwischenzeit: ½ TL Butter in der zweiten Pfanne erhitzen und Eierspätzle einige Min. scharf darin anbraten, bis sie leicht bräunlich sind.

**5** Geschnetzeltes von der Herdplatte nehmen, Lorbeerblatt entfernen und Schmand vorsichtig untermischen.

**6** Eierspätzle mit Rahmschnitzel-Pfanne auf Tellern verteilen und mit Schnittlauchröllchen bestreut genießen!

