

# Süße Haselnuss-Spätzle mit Apfel-Cranberry-Kompott & Schlagsahne

Vegetarisch 25 – 35 Minuten • 943 kcal • Tag 5 kochen

401



Haselnussspätzle



Apfel



Cranberries, getrocknet



Butter



Schlagsahne



Bratapfelgewürz



Puderzucker



Haselnüsse



Gewürzmischung  
„Desserttraum“



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

# Los geht's

Wasche das Obst ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Wasser\*

### Kochutensilien

1 hohes Rührgefäß, 1 Küchenpapier, 1 große Pfanne, 1 Kartoffelstampfer und 1 kleiner Topf

## Zutaten 3 – 4 Personen

		<b>3-4P</b>
Haselnussspätzle <b>8) 15) 23)</b>		400 g
Apfel <b>BE</b>		2
Cranberries, getrocknet		20 g
Butter <b>7)</b>		20 g
Schlagsahne <b>7)</b>		150 g
Bratapfelgewürz		2 g
Puderzucker		25 g
Haselnüsse <b>2) 23)</b>		20 g
Gewürzmischung „Desserttraum“		2 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. 500 g)
Brennwert	790 kJ/189 kcal	3947 kJ/943 kcal
Fett	9,3 g	46,5 g
- davon ges. Fettsäuren	4,8 g	23,8 g
Kohlenhydrate	22,2 g	110,8 g
- davon Zucker	9,7 g	48,3 g
Eiweiß	3,8 g	18,8 g
Salz	0,73 g	3,66 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:** **2)** Schalenfrüchte **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **15)** Weizen **23)** Haselnüsse

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

**Ursprungsländer:** **BE:** Belgien



### Kompott zubereiten

**Äpfel** vierteln, entkernen und schälen. **Apfelviertel** in grobe Stücke schneiden.

In einem kleinen Topf **Apfelstücke** mit **Cranberries**, **Bratapfelgewürz**, „Desserttraum“, 2 EL **Puderzucker** und 2 EL **Wasser\*** aufkochen und bei kleiner Hitze 20 – 25 Min. köcheln lassen, bis die **Apfelstücke** weich sind.



### Kompott fertigstellen

Die weich gegarten **Apfelstücke** mit 1 – 2 EL **Wasser\*** verrühren und nach Belieben mit einem Kartoffelstampfer oder einer Gabel grob oder fein zerdrücken und abkühlen lassen.



### Haselnüsse rösten

In einer großen Pfanne ohne Fettzugabe **Haselnüsse** 2 – 3 Min. rösten, bis sie duften und die Häutchen sich lösen.

**Haselnüsse** herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Dann mit einem Küchentuch oder Küchenpapier die losen Häutchen der **Haselnüsse** abreiben.

**Haselnüsse** grob hacken.



### Sahne schlagen

In einem hohen Rührgefäß kalte **Schlagsahne** mit 1 EL **Puderzucker** steif schlagen.



### Spätzle braten

In der großen Pfanne aus Schritt 2 **Butter** schmelzen und **Haselnussspätzle** darin 6 – 8 Min. knusprig anbraten.



### Anrichten

**Haselnussspätzle** auf Teller verteilen, mit restlichem **Puderzucker** bestäuben und mit gehackten **Haselnüssen** toppen. Mit **Apfel-Cranberry-Kompott** und **Schlagsahne** genießen.

**Guten Appetit!**

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

