

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 2 Personen

	2P
Haselnussspätzle 8) 15) 23)	400 g
Apfel BE	2
Cranberries, getrocknet	20 g
Butter 7)	20 g
Schlagsahne 7)	200 g**
Bratapfelgewürz	2 g
Puderzucker	25 g
Haselnüsse 2) 23)	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: DBE: 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>

