



ITALIENISCHE SPÄTZLEPFANNE MIT SCHWEINESCHNITZEL, Kräuterfrischkäse, Zucchini und Kirschtomaten



EXTRA LECKERBISSEN

SCHNITZEL



rote Chilischote



Eierspätzle



Knoblauchzehe



geraspelter Hartkäse ital. Art



Frühlingszwiebeln



Petersilie



Schnittlauch



Thymian



Zucchini



Kirschtomaten



Basilikumpaste



Frischkäse



Schweineschnitzel



Semmelbrösel



Weizenmehl

25 [25 | 30] Min.
 30 [35 | 40] Min.

Stufe 2
 Thermomix kocht

Tag 1 - 5 kochen

Extra Leckerbissen! Deine italienische Spätzlepfanne erfährt heute ein Upgrade durch goldbraun angebratene Schweineschnitzel. So verwöhnst Du Dich nach dem Feierabend ganz besonders. Eine völlig neue und inspirierende Variante für einen echten Klassiker – die Dir noch dazu Zeit spart, da sie schnell und unkompliziert gemacht ist! Genieße die frischen Aromen des Schwabenländles und Italiens, guten Appetit!



Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Neben dem **Thermomix*** benötigst Du **2 kleine Schüsseln**, **3 tiefe Teller** und **2 große Pfannen**.



1 GEMÜSE VORBEREITEN

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden, **salzen*** und **pfeffern*** und in den Varoma-Behälter geben. **Knoblauch** abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern, die **Hälfte** davon über die **Zucchini** verteilen und Varoma verschließen. Restlichen **Knoblauch** mit dem Spatel nach unten schieben. **Chili** halbieren, entkernen, in ca. 2 cm große Stücke schneiden und zugeben. Blätter der **Kräuter** abzupfen und zugeben.



4 DAMPFGAREN & BRATEN

350 g Wasser* in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **12 Min./Varoma/ Stufe 1** dampfgaren. Währenddessen **Kirschtomaten** halbieren, den grünen Teil der **Frühlingszwiebeln** in feine Ringe schneiden und fortfahren. In einer großen Pfanne so viel **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, dass der Boden leicht bedeckt ist. **Schnitzel** je Seite ca. 3 – 7 Min. darin braten, bis sie goldbraun sind. **★ TIPP:** Gib die Schnitzel erst in die Pfanne, wenn das Öl heiß ist.



2 FÜR DIE FRISCHKÄSESOSSE

Schnittlauch in ca. 2 cm große Röllchen schneiden. Weißen Teil der **Frühlingszwiebeln** in ca. 1,5 cm große Stücke schneiden. **Schnittlauch** und weißen Teil der **Frühlingszwiebeln** in den Mixtopf zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Frischkäse**, 50 g [75 g | 100 g] **Wasser*** und **Basilikumpaste** zugeben, **20 Sek./Stufe 4** mischen und in eine kleine Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen.



5 SPÄTZLEPFANNE VOLLENDEN

In einer zweiten großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und **Spätzle** darin ca. 4 Min. knusprig anbraten. **Spätzle** mit dem **Kräuterfrischkäse** ablöschen, mischen und ca. 2 Min. köcheln lassen. Varoma abnehmen, **Zucchiniwürfel** und halbierte **Kirschtomaten** mit in die **Spätzlepfanne** geben und unterheben. Dabei darauf achten, dass alles gleichmäßig heiß ist.

★ TIPP: Wenn Du die Spätzlepfanne cremiger magst, gib noch etwas Garflüssigkeit dazu.



3 SCHNITZEL PANIEREN

Schnitzel **salzen*** und **pfeffern***. 3 tiefe Teller vorbereiten: Auf dem 1. Teller **Mehl** verteilen. Im 2. Teller 1 [2 | 2] **Ei*** mit **Salz*** und **Pfeffer*** verquirlen. Auf den 3. Teller **Semmelbrösel** geben. **Schnitzel** zuerst im **Mehl** wenden, dann durch das **Ei*** ziehen und zuletzt rundherum mit **Semmelbröseln** panieren (diese gut andrücken).



6 ANRICHTEN

Spätzlepfanne mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und auf tiefen Tellern verteilen. Mit **geraspeltem Hartkäse** und **grünen Frühlingszwiebelringen** bestreuen, **Schnitzel** dazu reichen und genießen.

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini BE NL	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
rote Chilischote NL ES	1	1	2
Petersilie/Schnittlauch/Thymian	10 g	10 g	10 g
Frühlingszwiebeln DE IT	2	3	4
Frischkäse 5)	200 g	300 g	400 g
Basilikumpaste	15 ml	15 ml	24 ml
Schweineschnitzel	280 g	420 g	560 g
Weizenmehl 1)	50 g	75 g	100 g
Semmelbrösel 1)	100 g	150 g	200 g
Kirschtomaten	200 g	300 g	400 g
Eierspätzle 1) 2)	400 g	600 g	800 g
geraspelter Hartkäse ital. Art 5)	20 g	20 g	40 g
Wasser* für Schritt 2	50 g	75 g	100 g
Ei* 2) für Schritt 2	1	2	2
Wasser* für Schritt 4		350 g	
Öl* für Schritt 5	1 EL	1½ EL	2 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.
 ☉ 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. 750 g)
Brennwert	641 kJ/153 kcal	5.483 kJ/1.311 kcal
Fett	7 g	60 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	25 g
Kohlenhydrate	15 g	125 g
- davon Zucker	2 g	13 g
Eiweiß	8 g	64 g
Salz	1 g	5 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

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

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

URSPRUNGSLÄNDER

BE: Belgien **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **DE:** Deutschland **IT:** Italien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at