

# Spätzle mit Gemüseragout

Kategorien: Nudeln

Zutaten für: 4 Personen

500	Gramm	Getropfte Spätzle
400	Gramm	Kohlrabi
300	Gramm	Rosa Champignons
300	Gramm	Broccoli
100	Gramm	Frühlingszwiebeln
1		Knoblauchzehe, zerdrückt
250	ml	Sahne
3	Essl.	Weißwein
2	Essl.	Butterschmalz
3	Essl.	Gemischte Kräuter (z. B. Kerbel, Schnittlauch, Petersilie) Muskatnuss Salz, schwarzer Pfeffer

## Anleitung:

Zubereitungszeit: 35 Min.

1. Kohlrabi schälen und in Stifte schneiden. Champignons putzen und vierteln. Broccoli putzen und in Röschen teilen. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Kohlrabi und Broccoli blanchieren und mit Eiswasser abschrecken.

2. Spätzle in Salzwasser 10 Min. kochen.

3. Butter in einer Kasserole schmelzen. Frühlingszwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Champignons hinzufügen, 2-3 Min. dünsten und mit Weißwein ablöschen. Sahne, Kohlrabi und Broccoli unterheben und weitere 5 Min. bei leichter Hitze weiter garen. Mit Pfeffer, Salz und Muskatnuss abschmecken.

4. Die oben schwimmenden Spätzle mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf Teller verteilen. Das Gemüseragout darauf anrichten, mit Kräutern bestreuen und servieren.

Durchschnittliche Nährwerte pro Portion, kalkuliert anhand der rohen Zutaten:

Brennwert 3022 kJ (715 kcal)

Eiweiß 24 g

Fett 26 g

Kohlenhydrate 97 g

Spätzle mit Gemüseragout