



Frische Eierspätzli mit Speck in cremiger Cherry-Tomaten-Lauch-Sauce

Family 25 – 30 Minuten • 808 kcal • Tag 5 kochen

1



Knoblauchzehe



Cherry-Tomaten



Frühstücksspeck
in Scheiben



Crème fraîche



Lauch



geriebener Hartkäse



Eierspätzli



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten

Wasser*, Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*, Pouletbouillonpulver*

Kochutensilien

1 grosse Bratpfanne und 1 grosse Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P		4P	
Knoblauchzehe	1 x	4 g	2 x	4 g
Cherry-Tomaten	1 x	125 g	1 x	250 g
Frühstücksspeck in Scheiben	1 x	75 g	2 x	75 g
Crème fraîche 7)	1 x	100 g	2 x	100 g
Lauch	1 x	200 g	2 x	200 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	1 x	40 g	2 x	40 g
Eierspätzli 8) 15)	1 x	400 g	1 x	800 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. 510 g)
Brennwert	663 kJ/ 158 kcal	3382 kJ/ 808 kcal
Fett	9.34 g	47.62 g
- davon ges. Fettsäuren	4.01 g	20.44 g
Kohlenhydrate	13.07 g	66.68 g
- davon Zucker	1.62 g	8.26 g
Eiweiss	5.17 g	26.39 g
Salz	0.819 g	4.176 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: **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **15)** Weizen

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



Vorbereitung

Lauch längs halbieren, gründlich auswaschen und in 0.5 cm Halbmonde schneiden.

Cherry-Tomaten halbieren.

Knoblauch fein hacken.

Speck in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.



Spätzli braten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Olivenöl*** bei mittlerer Hitze erwärmen.

Spätzli darin 4 – 6 Min. anbraten und gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind.

Spätzli anschliessend aus der Bratpfanne nehmen, in eine grosse Schüssel umfüllen und beiseitestellen.



Speck anbraten

Dieselbe grosse Bratpfanne ohne weitere Fettzugabe erneut bei mittlerer Hitze erwärmen.

Speckstreifen darin 4 – 5 Min. anbraten, bis sie schön knusprig sind.

Lauch hinzugeben und für weitere 2 Min. braten.



Gemüse hinzufügen

Hitze reduzieren, **Knoblauch** und **Tomatenhälften** zum **Speck** geben, leicht **pfeffern*** und ca. 2 Min. weiterköcheln lassen.

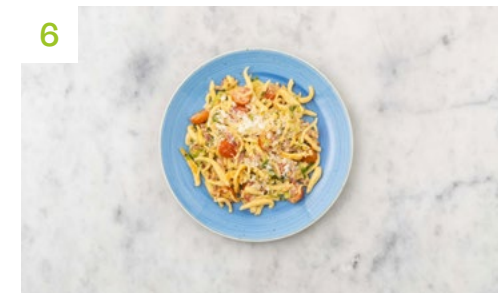
Crème fraîche, 4 g [8 g] **Pouletbouillonpulver*** und 2 EL [4 EL] **Wasser*** zugeben und alles gut vermengen.



Spätzli vollenden

Gebratene Spätzli in die **Sauce** geben und vorsichtig unterheben.

Sauce 1 Min. weiterköcheln lassen.



Anrichten

Spätzli auf Teller verteilen, **Hartkäse** darüberstreuen und geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über www.hellofresh.ch/freunde ein!





Fresh spaetzle egg noodles with bacon in creamy cherry tomato and leek sauce

Family 25-30 minutes • 808 kcal • Cook on day 5

1



Garlic cloves



Cherry tomatoes



Sliced breakfast bacon



Crème fraîche



Leek



Grated hard cheese



Spaetzle egg noodles



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

Let's get started

Wash the vegetables.

Basic ingredients

Water*, olive oil*, salt*, pepper*, chicken stock powder*

Cooking utensils

1 large frying pan and 1 large bowl

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Garlic clove	1 x	4 g	2 x	4 g
Cherry tomatoes	1 x	125 g	1 x	250 g
Sliced breakfast bacon	1 x	75 g	2 x	75 g
Crème fraîche 7)	1 x	100 g	2 x	100 g
Leek	1 x	200 g	2 x	200 g
Grated hard cheese 7) 8)	1 x	40 g	2 x	40 g
Spaetzle egg noodles 8) 15)	1 x	400 g	1 x	800 g

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 510 g)
Calories	663 kJ/ 158 kcal	3.382 kJ/ 808 kcal
Fat	9.34 g	47.62 g
- incl. saturated fats	4.01 g	20.44 g
Carbohydrate	13.07 g	66.68 g
- incl. sugar	1.62 g	8.26 g
Protein	5.17 g	26.39 g
Salt	0.819 g	4.176 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: **7)** Milk (including lactose) **8)** Eggs **15)** Wheat.

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)



Preparation

Halve the leek lengthways, rinse thoroughly and chop into half-moons 0.5 cm thick.

Cut the cherry tomatoes in half.

Finely chop the garlic.

Cut the bacon into strips about 1 cm wide.



Fry spaetzle noodles

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] olive oil* in a large frying pan on medium heat.

Fry spaetzle noodles for 4-6 min., stirring occasionally, until crispy and lightly browned.

Then remove spaetzle noodles from the frying pan, put in a large bowl and place to one side.



Fry bacon

Heat the same large frying pan again on medium heat without adding any more fat.

Fry bacon strips for 4-5 min. until nice and crispy.

Add the leek and fry for another 2 min.



Add vegetables

Reduce the heat, add the garlic and tomato halves to the bacon, add a little pepper*, then simmer for another 2 min.

Add the crème fraîche, 4 g [8 g] chicken stock powder* and 2 tbsp. [4 tbsp.] water* and mix everything well.



Finish spaetzle noodles

Add the fried spaetzle noodles to the sauce and mix carefully.

Let the sauce simmer for 1 min. more.



Serve

Apportion spaetzle noodles onto plates, sprinkle hard cheese on top and enjoy.

Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too!
Send them an invite now using the QR code or at www.hellofresh.ch/freunde/





Spätzli aux œufs frais avec du bacon et une sauce crémeuse à base de tomates cerises et de poireau

Famille 25 – 30 minutes • 808 kcal • Cuisiner au 5e jour

1



Gousse d'ail



Tomates cerises



Bacon en tranches



Crème fraîche



Poireau



Fromage à pâte dure râpé



Spätzle aux œufs



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

C'est parti

Laver les légumes.

Ingrédients de base

Eau *, huile d'olive*, sel*, poivre*, bouillon de volaille en poudre*

Ustensiles de cuisine

1 grande poêle et 1 saladier.

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions		4 portions	
Gousse d'ail	1 x	4 g	2 x	4 g
Tomates cerises	1 x	125 g	1 x	250 g
Bacon en tranches	1 x	75 g	2 x	75 g
Crème fraîche 7)	1 x	100 g	2 x	100 g
Poireau	1 x	200 g	2 x	200 g
Fromage à pâte dure râpé 7) 8)	1 x	40 g	2 x	40 g
Spätzli aux œufs 8) 15)	1 x	400 g	1 x	800 g

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 510 g)
Valeur calorique	663 kJ/ 158 kcal	3.382 kJ/ 808 kcal
Lipides	9.34 g	47.62 g
- dont acides gras saturés	4.01 g	20.44 g
Glucides	13.07 g	66.68 g
- dont sucre	1.62 g	8.26 g
Protéines	5.17 g	26.39 g
Sel	0.819 g	4.176 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : **7)** lait (comprenant du lactose) **8)** œufs **15)** blé

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



Préparation

Fendre le poireau en deux dans le sens de la longueur, bien laver et couper en demi-lunes de 0.5 cm.

Couper les tomates cerises en deux.

Hacher finement l'ail.

Couper le lard en lanières d'env. 1 cm.



Faire dorer les spätzli

Chauffer dans une grande poêle 1 cs [2 cs] d'huile d'olive* à feu moyen.

Y faire revenir les spätzli 4 à 6 min en les remuant de temps en temps jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et légèrement dorés.

Les retirer de la poêle puis les verser dans un grand saladier et réserver.



Faire revenir le lard

Chauffer à nouveau la même grande poêle à feu moyen, sans ajouter de matière grasse.

Y faire revenir le lard 4 à 5 min, jusqu'à ce qu'il soit bien croustillant.

Ajouter le poireau et faire revenir encore 2 minutes.



Ajouter les légumes

Baisser le feu, ajouter au lard l'ail et les moitiés de tomates, poivrer* légèrement et laisser mijoter env. 2 min.

Ajouter la crème fraîche, 4 g [8 g] de bouillon de volaille en poudre* et 2 cs [4 cs] d'eau*, bien mélanger.



Mettre la touche finale aux spätzli

Ajouter les spätzli à la sauce et incorporer délicatement.

Continuer à faire mijoter la sauce 1 minute.



Dresser

Répartir les spätzli dans les assiettes, parsemer de fromage râpé et déguster.

Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi !
Invitez-les dès maintenant via le
QR code ou sur www.hellofresh.ch/freunde !

