

# Schupfnudelpfanne mit Speck und Sauerkraut dazu Petersiliencrème

Zeit sparen Family 15 Minuten • 2865 kj/685 kcal • Tag 2 kochen

27



Schupfnudeln



Frühstücksspeck  
in Würfeln



Sauerkraut



Crème fraîche Light



Petersilie



Piment, gemahlen



Frühlingszwiebel



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

Gut, im Haus zu haben

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*, Butter\*



# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Was Du benötigst

1 grosse Bratpfanne und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P		4P	
Schupfnudeln <b>15</b>	1 x	400 g	1 x	800 g
Frühstücksspeck in Würfeln	1 x	90 g	2 x	90 g
Sauerkraut <b>10</b>	1 x	400 g	2 x	400 g
Crème fraîche Light <b>7</b>	1 x	100 g	2 x	100 g
Petersilie	1 x	10 g**	1 x	10 g
Piment, gemahlen	1 x	1 g**	1 x	1 g
Frühlingszwiebel	2 x	25 g	1 x	140 g
Öl*, Butter*	Angaben im Text			
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. 1.000 g)
Brennwert	524 kJ/125 kcal	2865 kJ/685 kcal
Fett	6.27 g	34.27 g
- davon ges. Fettsäuren	1.76 g	9.61 g
Kohlenhydrate	12.82 g	70.07 g
- davon Zucker	3.23 g	17.64 g
Eiweiss	3.64 g	19.88 g
Salz	1.293 g	7.066 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) **10** Sellerie **15** Weizen.

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



### Schupfnudeln braten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Schupfnudeln** und Speck darin 5 – 7 Min. anbraten, gelegentlich umrühren bis sie knusprig und leicht gebräunt sind.

**Tipp:** Verwende für 4 Personen 2 Bratpfannen.



### Kräuter hacken

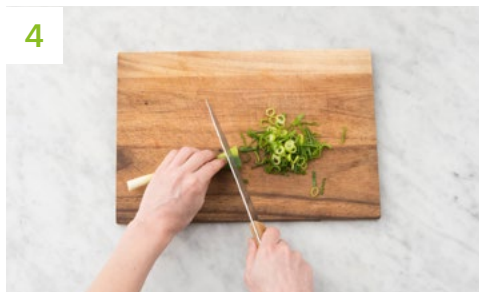
**Petersilie** grob hacken.



### Dip anrühren

In einer kleinen Schüssel **Crème fraîche** Light mit der **Petersilie** verrühren.

Mit **Pfeffer\*** und **Salz\*** abschmecken.



### Schupfnudeln vollenden

Weissen und grünen Teil der **Frühlingszwiebeln** getrennt voneinander in dünne Ringe schneiden.

**Sauerkraut**, 2 EL [4 EL] **Butter\*** und weisse **Frühlingszwiebelringe** zu den **Schupfnudeln** geben und 3 Min. weiterbraten.



### Fertigstellen

**Schupfnudeln** mit etwas **Piment**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



### Anrichten

**Schupfnudeln** auf Teller verteilen und mit grünen **Frühlingszwiebelringen** toppen.

Mit einem **Klecks Petersiliencrème** geniessen.

## En Guete!

### Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in deiner Box fehlt!





# Potato noodle stir fry with bacon and sauerkraut

served with parsley crème

Save time Family 15 minutes • 2.865 kj/685 kcal • Cook on day 2



Potato noodles



Diced bacon



Sauerkraut



Crème fraîche light



Parsley



Allspice, ground



Spring onions



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

Good to have at hand

Oil\*, salt\*, pepper\*, butter\*



# Let's get started

Wash the vegetables.

## What you need

1 large frying pan and 1 small bowl.

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Potato noodles <b>15)</b>	1 x 400 g	1 x 800 g
Diced bacon	1 x 90 g	2 x 90 g
Sauerkraut <b>10)</b>	1 x 400 g	2 x 400 g
Crème fraîche light <b>7)</b>	1 x 100 g	2 x 100 g
Parsley	1 x 10 g**	1 x 10 g
Allspice, ground	1 x 1 g**	1 x 1 g
Spring onions	2 x 25 g	1 x 140 g
Oil*, butter*	Amounts specified in text	
Salt*, pepper*	According to taste	

\*Good to have at hand.

\*\*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. 1000 g)
Calories	524 kJ/125 kcal	2.865 kJ/685 kcal
Fat	6.27 g	34.27 g
– incl. saturated fats	1.76 g	9.61 g
Carbohydrate	12.82 g	70.07 g
– incl. sugar	3.23 g	17.64 g
Protein	3.64 g	19.88 g
Salt	1.293 g	7.066 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) **10)** Celery **15)** Wheat.

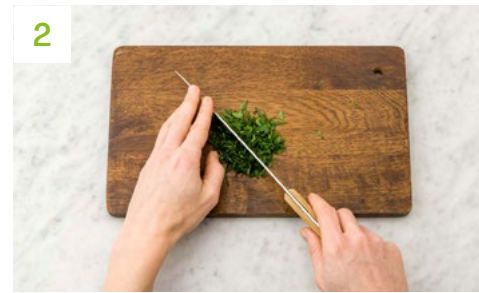
(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients).



### Fry potato noodles

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan on a medium heat and sauté the potato noodles and bacon for 5-7 min., stirring occasionally, until crispy and lightly browned.

*Tip: Use 2 frying pans for 4 people.*



### Chop herbs

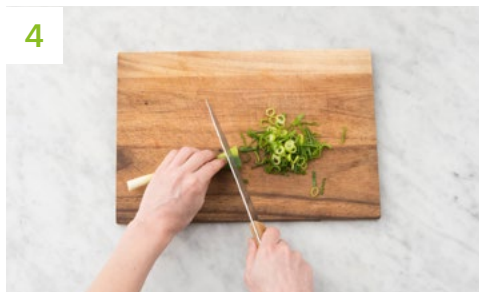
Roughly chop the parsley.



### Mix the dip

In a small bowl, mix the crème fraîche light with the parsley.

Season with pepper\* and salt\*.



### Finish the potato noodles

Cut the white and green parts of the spring onions into thin rings and keep separate.

Add sauerkraut, 2 tbsp. [4 tbsp.] butter\* and white spring onion rings to the potato noodles and continue frying for 3 min.



### Finish

Season potato noodles with a little allspice, salt\* and pepper\*.



### Serve

Apportion potato noodles on plates and top with green spring onion rings.

Enjoy with a dollop of parsley cream.

**Bon appetit!**

Missing an ingredient?

Let us know: Scan the QR code and tell us if something is missing from your box!





# Poêlée de Schupfnudel au lard et à la choucroute, crème de persil

Gain de temps **Famille** 15 minutes • 2.865 kj/685 kcal • Cuisiner au 2e jour



Schupfnudeln



Lardons



Choucroute



Crème fraîche



Légère Persil



Piment moulu



Oignon de printemps



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



# C'est parti

Laver les légumes.

## Ce dont vous avez besoin

1 grande poêle et 1 bol

## Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Schupfnudel <b>15)</b>	1 x 400 g	1 x 800 g
Lardons	1 x 90 g	2 x 90 g
Choucroute <b>10)</b>	1 x 400 g	2 x 400 g
Crème fraîche légère <b>7)</b>	1 x 100 g	2 x 100 g
Persil	1 x 10 g**	1 x 10 g
Piment moulu	1 x 1 g**	1 x 1 g
Oignons de printemps	2 x 25 g	1 x 140 g
Huile*, beurre*	Détails dans le texte	
Sel*, poivre*	selon les goûts	

\*Ingrédients à toujours avoir chez soi.

\*\*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. 1.000 g)
Valeur calorique	524 kJ/125 kcal	2.865 kJ/685 kcal
Lipides	6.27 g	34.27 g
- dont acides gras saturés	1.76 g	9.61 g
Glucides	12.82 g	70.07 g
- dont sucre	3.23 g	17.64 g
Protéines	3.64 g	19.88 g
Sel	1.293 g	7.066 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 (y compris le lactose) **10)** céleri **15)** blé.

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



### 1 Faire revenir les schupfnudel

Dans une grande poêle, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile\* à feu moyen, faire revenir les gnocchi et les lardons 5 à 7 min en remuant de temps en temps jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et légèrement dorés.

*Astuce :* pour 4 personnes, utilisez 2 poêles.



### 2 Hacher les fines herbes

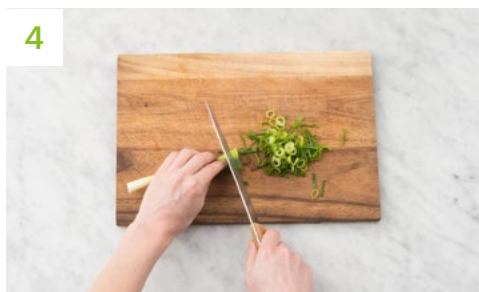
Hacher grossièrement le persil.



### 3 Mélanger la sauce

Dans un petit bol, mélanger la crème fraîche légère avec le persil.

Assaisonner avec du poivre\* et du sel\*.



### 4 Terminer les Schupfnudeln

Couper les oignons de printemps en fines rondelles en séparant les parties verte et blanche.

Ajouter la choucroute, 2 cs [4 cs] de beurre\* et les rondelles blanches d'oignons de printemps aux Schupfnudeln et poursuivre la cuisson pendant 3 minutes.



### 5 Touche finale

Assaisonner les Schupfnudeln avec un peu de piment, de sel\* et de poivre\*.



### 6 Dresser

Répartir les Schupfnudeln sur des assiettes et les garnir de rondelles d'oignons verts.

Déguster avec une pointe de crème au persil.

## Bon appétit !

Il manque un ingrédient ?

Dites-le nous : scannez le QR code et dites-nous s'il manque quelque chose dans ta boîte !

