Spätzle-Gemüse-Pfanne

mit Kräutercreme

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Zubereitung:

1. Karotten sowie die rote Zwiebel schälen, Enden entfernen und in Scheiben schneiden. Spinat waschen und abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln waschen, trocknen lassen, Wurzelenden entfernen und in Ringe schneiden. Paprika ebenfalls waschen, Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden.

2. Petersilie waschen, trocknen und fein hacken. In einer Schüssel saure Sahne mit Petersilie verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. In einer Pfanne 1 EL Öl und 2 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und die Spätzle ca. 8 Min. Goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zugedeckt bis zum Anrichten auf niedriger Temperatur warm halten.

4. Inzwischen in einer anderen Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Karottenscheiben sowie Paprika ca. 4 Min. anbraten mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend in einer Schüssel beiseite stellen. Pfanne nicht säubern.

5. Die noch heiße Pfanne mit 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, Spinat hinzugeben und zugedeckt zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Karotten-Paprika-Gemisch wieder dazugeben und alles vermengen.

6. Die heißen Spätzle mit Gemüse vermengen, auf Tellern mit einem Klecks Kräutercreme anrichten und servieren. Optional mit gerösteten Kürbiskernen toppen.

Zutaten:

Zutaten für 2 Personen

- 1 Packung Settele G`schabte Spätzle 500g
- 150g Blattspinat
- 2 Karotten
- 2 Paprika, rot
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Zwiebel, rot
- 10g Petersilie
- 150g saure Sahne
- 3 EL Öl
- 2 EL Butter
- 2 EL Kürbiskerne
- Salz, Pfeffer

Lust auf weitere leckere Rezepte?
www.settele.de