

Spitzkohl-Hackfleisch-Pfanne mit Schupfnudeln



XXXLecker

Zutaten (für 4 Portionen)

Für die Schupfnudeln

- 800 g mehligkochende Kartoffeln
- 150 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Bearbeiten
- 2 - 3 EL Kartoffelstärke
- 2 Eier
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 1 TL Salz
- 1 - 2 EL Butter

Für die Hack-Pfanne

- 1 Gemüsezwiebel
- 1 Spitzkohl
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 600 g gemischtes Hackfleisch
- ½ TL Kümmelsaat
- ½ TL rosenscharfes Paprikapulver
- Salz und Pfeffer
- 200 ml Geflügelbrühe
- ½ Bund Petersilie
- 200 g Crème fraîche

Außerdem

- Kartoffelpresse

Nährwerte

Pro 100 Gramm

129 kcal
6 g Eiweiß
8 g Fett
10 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 2 Stunden zzgl. 20 Minuten Backzeit

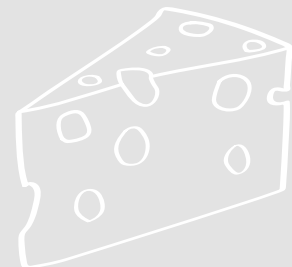
Zubereitung

1. Für die Schupfnudeln Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser 25 - 30 Minuten garen.
2. Backofen auf 140 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen.
3. Kartoffeln abgießen, abschrecken und auf dem Blech verteilen. Im heißen Ofen 15 - 20 Minuten backen.
4. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen. Anschließend pellen und noch warm durch die Kartoffelpresse drücken oder mit einem Stampfer zerkleinern.
5. Mehl, Stärke, Eier, Muskat und Salz zugeben. Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf etwas mehr Mehl oder kaltes Wasser zugeben und unterkneten.
6. Auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche den Kartoffelteig zu etwa 3 cm dicken Rollen formen. Davon ca. 2 cm dicke Scheiben abschneiden und diese in die typische Schupfnudelform rollen.
7. In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und Schupfnudeln im siedenden Wasser 5 - 7 Minuten gar ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen.
8. Inzwischen für die Hack-Pfanne Zwiebel schälen und fein würfeln. Spitzkohl putzen, vierteln und den harten Strunk keilförmig herausschneiden. Viertel in Streifen schneiden, waschen und trocken schütteln.
9. Öl in einer großen Pfanne mit Deckel erhitzen. Das Hackfleisch darin rundherum goldbraun braten.
10. Zwiebel und Spitzkohl zugeben und mitbraten. Mit Kümmel, Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen und mit der Geflügelbrühe ablöschen. Abgedeckt 10 - 12 Minuten garen. Deckel von der Pfanne entfernen und weitere 5 Minuten einköcheln lassen.
11. Butter in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Schupfnudeln darin rundherum anbraten.
12. Petersilie waschen, trocken tupfen und die abgezipften Blättchen hacken. Crème fraîche in die Spitzkohl-Hackfleisch-Pfanne rühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den gebratenen Schupfnudeln anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.



REISER RÄT

Wer mag, garniert das fertige Gericht noch mit etwas geriebenem Bergkäse oder Emmentaler.



MEIN MÖBELHAUS. **XXX**Lutz