

Rezept

Gemüse-Käse-Spätzle

Ein Rezept von Gemüse-Käse-Spätzle, am 09.06.2026

Zutaten

1 Bund Frühlingszwiebeln	2 rote Paprikaschoten
200 g Champignons	2 EL Maiskeimöl
Salz	Pfeffer
100 ml Gemüsebrühe	400 g Spätzle (aus dem Kühlregal)
60 g Emmentaler	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 636 kcal

Zubereitung

1. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in 1 cm dicke Stücke teilen. Paprikaschoten waschen, halbieren, putzen und in 2 cm große Würfel schneiden. Pilze putzen und in Scheiben schneiden.
2. Das Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, Frühlingszwiebeln, Paprika und Pilze darin unter gelegentlichem Rühren 5 Min. andünsten. Salzen, pfeffern und mit der Brühe aufgießen. Die Spätzle untermischen. Alles zusammen zugedeckt unter gelegentlichem Rühren noch 5 Min. garen.
3. Den Emmentaler reiben, unter die Spätzle-Gemüse-Mischung rühren und zugedeckt schmelzen lassen. Sofort servieren.