

Rezept

# Gemüse-Schupfnudeln

Ein Rezept von Gemüse-Schupfnudeln, am 30.05.2026

## Zutaten

<b>600 g</b> vorwiegend festkochende Kartoffeln	<b>1</b> Möhre
<b>1 Bund</b> Petersilie	<b>150 g</b> Mehl (Type 405)
<b>1</b> Ei (Größe M)	Salz
Pfeffer	frisch geriebene Muskatnuss
<b>4 EL</b> Butterschmalz	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 325 kcal

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln und die Möhre waschen und ungeschält zusammen in wenig Wasser bei mittlerer Hitze zugedeckt in ca. 25 Min. garen, abgießen und mindestens 30 Min. abkühlen lassen. Das Gemüse schälen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln.
2. Die kalten Kartoffeln auf der Rohkostreibe fein raspeln oder durch die Kartoffelpresse drücken. Die Petersilie und die Möhre im Blitzhacker zerkleinern. Die Kartoffeln mit Möhre, Petersilie, Mehl und Ei zu einem Teig verkneten und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
3. Aus dem Teig vier Rollen von ca. 5 cm Ø formen und davon Scheiben von 1-2 cm abschneiden. Hieraus mit nassen Händen daumengroße Nudeln mit spitz zulaufenden Enden formen. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und die Schupfnudeln darin portionsweise bei mittlerer Hitze von beiden Seiten je 4 Min. goldbraun braten.