

Rezept

Geschmorter Wirsing mit gebratenen Schupfnudeln

Ein Rezept von Geschmorter Wirsing mit gebratenen Schupfnudeln, am 01.03.2024

Zutaten

20 g getrocknete Steinpilze	750 g Wirsing
2 Zwiebeln	1 kleiner Stängel Rosmarin
3 Stängel glatte Petersilie	20 g Diätmargarine
100 ml Gemüsebrühe	Salz
schwarzer Pfeffer	geriebene Muskatnuss
2 EL Crème fraîche	200 g Schupfnudeln (Fertigprodukt)

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Die getrockneten Steinpilze mit Wasser bedecken und einweichen lassen. Den Wirsing waschen und putzen, die Blätter vom Strunk lösen. Dicke Blattrippen herausschneiden. Die Blätter in 4 cm große Stücke schneiden.
2. Zwiebeln schälen und klein würfeln. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, Blättchen und Nadeln abzupfen und jeweils fein hacken. Die Pilze abtropfen lassen, die Einweichflüssigkeit dabei auffangen und durch ein feines Sieb gießen. Die Pilze in kleine Stücke schneiden.
3. In einem großen Topf 10 g Margarine erhitzen, die Zwiebeln darin glasig dünsten. Pilze zugeben, kurz mit anbraten. Dann portionsweise den Wirsing zugeben, unterrühren und andünsten, bis er zusammenfällt.
4. Zum Schluss Pilzflüssigkeit, Brühe, Petersilie, Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskat zum Wirsinggemüse geben und untermischen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 30 Min. garen.
5. Die Crème fraîche unter das Wirsinggemüse rühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer beschichteten Pfanne 10 g Margarine erhitzen und die Schupfnudeln hineingeben. Rosmarin und Pfeffer darüberstreuen und die Schupfnudeln unter häufigem Wenden goldbraun braten. Zum Wirsinggemüse servieren.