

## Rezept

# Schupfnudeln mit Gemüse-Pangrattato

Ein Rezept von Schupfnudeln mit Gemüse-Pangrattato, am 28.06.2026

## Zutaten

### Für die Schupfnudeln:

**700 g** mehligkochende Kartoffeln

**140 g** Weizenmehl (Type 405)

schwarzer Pfeffer

**4** Eigelb (M)

geriebene Muskatnuss

### Für das Pangrattato:

**½** Blumenkohl (ca. 400 g)

**50 g** Mandelstifte

**3-4** Knoblauchzehen

**½ Bund** glatte Petersilie

**2 TL** abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone

**½** Brokkoli (ca. 250 g)

**40 g** Panko

**1** kleine frische Chilischote

**ca. 10** Salbeiblätter

**2 - 3 TL** Saft von 1 Bio-Zitrone

### Außerdem:

Salz

**7 EL** Butter zum Braten

**ca. 2 EL** scharfe Chili-Sauce (z.B. Sriracha) zum Servieren

Weizenmehl zum Verarbeiten

**200g g** Naturjoghurt

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 550 kcal

## Zubereitung

1. Für die Schupfnudeln die Kartoffeln in der Schale in Salzwasser in ca. 20 Min. gar kochen. In der Zwischenzeit für das Pangrattato Blumenkohl und Brokkoli waschen und abtropfen lassen. Beides am Stiel anfassen und auf der Rohkostreibe oder in der Küchenmaschine grob raspeln (ohne das untere Ende des Strunks).
2. Die fertigen Kartoffeln etwas abkühlen lassen, pellen und noch warm durch die Kartoffelpresse drücken. Eigelbe, Mehl, 1 TL Salz, Muskatnuss und Pfeffer dazugeben. Alle Zutaten rasch zu einem glatten Teig verkneten und abschmecken. Den Teig halbieren und jede Portion auf wenig Mehl zu einer 2 cm dicken Rolle formen. Die Rollen in 2 cm breite Stücke schneiden. Jedes Teigstück auf der Arbeitsfläche oder zwischen den Händen zu einem fingerlangen, an den Enden leicht spitz zulaufenden Würstchen formen.
3. Parallel dazu in einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen lassen. Die Schupfnudeln ins kochende Salzwasser geben. Sobald sie aufsteigen, den Topf vom Herd ziehen und die Schupfnudeln noch 2 Min. ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, behutsam kalt abbrausen und gut abtropfen lassen. Dann auf ein sauberes Küchentuch legen und trocknen lassen.

4. Für das Pangrattato die Mandelstifte in einer weiten Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. 1 EL Butter und die Pankobrösel dazugeben und alles in 1-2 Min. knusprig und goldbraun braten, dann herausnehmen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chilischote putzen, waschen und ohne Kerne fein hacken. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein hacken.

---

5. In der Pfanne 3 EL Butter erhitzen, Blumenkohl und Brokkoli darin ca. 5 Min. bei großer Hitze anbraten, bis sie Farbe annehmen. Knoblauch und Chili kurz mit anbraten. Kräuter, Zitronenschale und -saft unterrühren, alles salzen und zugedeckt warm halten.

---

6. In einer zweiten Pfanne die Schupfnudeln in den übrigen 3 EL Butter bei mittlerer Hitze in ca. 5 Min. goldbraun braten. Die Schupfnudeln mit dem Gemüse auf Teller verteilen. Alles mit der Mandel-Panko-Mischung, einem Klecks Joghurt und der Chilisaucen anrichten.