

Rezept

Schupfnudeln mit Mangold

Ein Rezept von Schupfnudeln mit Mangold, am 18.12.2025

Zutaten

1 große Mangoldstaupe (ca. 600 g)	1 Zwiebel
3 EL Butter	75 ml Gemüsebrühe
100 g Orangenmarmelade	Salz
Pfeffer aus der Mühle	500 g Schupfnudeln (aus dem Kühlregal)
2 EL gemahlener Mohn	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Den Mangold waschen und putzen. Den Strunk und welke Blätter entfernen, dann die grünen Blätter von den hellen Stielen schneiden. Getrennt voneinander in Streifen schneiden.
2. Die Zwiebel schälen und würfeln oder in Streifen schneiden. In einem Topf 1 EL Butter zerlassen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Die Mangoldstiele dazugeben und mit andünsten, dann mit der Brühe ablöschen. Die Orangenmarmelade unterrühren, das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. dünsten.
3. Die restliche Butter in einer breiten beschichteten Pfanne zerlassen. Die Schupfnudeln darin bei mittlerer Hitze rundherum goldbraun braten. Den Mohn dazugeben und unterrühren. Die Pfanne gleich von der Herdplatte ziehen, sonst verbrennt der Mohn.
4. Die grünen Mangoldblätter zu den Stielen in den Topf geben und alles zugedeckt ca. 5 Min. dünsten. Mit Salz abschmecken. Den Orangenmangold mit den Schupfnudeln anrichten.