

Rezept

Spätzlepfanne mit Rosenkohl

Ein Rezept von Spätzlepfanne mit Rosenkohl, am 23.03.2023

Zutaten

200 g TK-Rosenkohl	Salz
200 g Champignons	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
1 EL Öl	400 g frische Spätzle (aus dem Kühlregal)
1/2 TL Kümmelsamen	50 ml trockener Weißwein
1 TL gekörnte Gemüsebrühe	50 g Sahne
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal

Zubereitung

1. Den Rosenkohl in kochendem Salzwasser ca. 10 Min. garen. Inzwischen die Pilze putzen und halbieren oder in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Rosenkohl in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.
2. Butter und Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Spätzle und Pilze darin unter Rühren ca. 5 Min. anbraten. Rosenkohl, Knoblauch und Kümmel hinzufügen und weitere 5 Min. braten.
3. Wein und Brühe verrühren und mit der Sahne dazugeben. Alles noch 2-3 Min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf Teller verteilen und servieren. Wer mag, lässt noch in der Pfanne 100 g in Scheiben geschnittenen Camembert oder Brie auf den Spätzle schmelzen.