

Rezept

Süße Schupfnudeln mit Beeren-Sauce

Ein Rezept von Süße Schupfnudeln mit Beeren-Sauce, am 28.06.2026

Zutaten

400 ml roter Frucht-Smoothie (z.B. Brombeere, Erdbeere, Johannisbeere)	1 TL Speisestärke
4 EL Mandelblättchen	300 g TK-Beerenmischung
500 g Schupfnudeln (aus dem Kühlregal)	2 EL Rapsöl
1 Pck. Vanillezucker	1 TL Puderzucker

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal, 15 g F, 9 g EW, 63 g KH

Zubereitung

1. 50 ml Smoothie in eine kleine Schüssel geben und mit der Stärke glatt rühren. Restlichen Smoothie in einen Topf geben und aufkochen. Angerührte Stärke einrühren, erneut aufkochen und 1-2 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce andickt. Die TK-Beeren zugeben, erneut aufkochen, dann vom Herd nehmen und zugedeckt ziehen lassen.
2. Inzwischen die Mandelblättchen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anrösten, bis sie duften und herausnehmen.
3. Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Schupfnudeln darin unter Wenden 5-6 Minuten goldbraun braten. Puder- und Vanillezucker mischen und zum Schluss gleichmäßig über die Schupfnudeln streuen. Unter Wenden kurz bräunen lassen. Die Schupfnudeln mit der Beerenauce anrichten und großzügig mit den Mandelblättchen bestreuen.