



# Herzhafte Schupfnudel - Pfanne mit Spitzkohl und Zwiebelmett

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Schnelle, unkomplizierte aber gesunde, herzhafte Alltagsküche

## Zutaten

- Für die Schupfnudeln:
- (Geht auch mit Schupfnudeln aus dem Supermarkt)
- 500 g durchgepresste Kartoffeln
- 2 - 3 Eigelbe
- 1 El Kartoffelstärke
- Salz und etwas geriebene Muskatnuss
- 500 g Spitzkohl oder Wirsing, geputzt, gewaschen in 2 cm großen Blättern
- 1 El Butter
- 300 g Zwiebelmett im Darm
- 1 Gläschen getrocknete Tomaten in Öl (80 - 100 g) in Streifen geschnitten
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 100 g Schmand
- 5 El Wasser
- 1 kleines Bündchen frischer Schnittlauch oder gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, etwas geriebene Muskatnuss

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Schupfnudeln.

### Schritt2

Die gekochten Kartoffeln gut ausdämpfen lassen, anschließend durch die Kartoffelpresse drücken.

### **Schritt3**

Mit Salz und etwas Muskatnuss würzen, die Eigelbe dazu geben und alles mit einem Ei Kartoffelstärke glatt verarbeiten.

### **Schritt4**

Auf einer gemehlten Arbeitsfläche, ca. 1 cm dicke Röllchen ausrollen und ca. 5 cm lang abschneiden. In die typische Schupfnudel - Form einzeln nachrollen, ausformen.

### **Schritt5**

In siedendem Wasser ca. 5 min. leise garen, bis sie oben schwimmen, danach abgießen und kurz kalt abspülen, trocken laufen lassen.

### **Schritt6**

In einer ausreichend großen Pfanne oder flachem Bratentopf die Butter zunächst leicht bräunen und die Schupfnudeln von allen Seiten ca. 4 - 5 min. Farbe nehmen lassen.

### **Schritt7**

Das Zwiebelmett aus der Rolle nehmen und etwas zerbröseln, dazu geben. Weitere 4 - 5 min. zusammen braten / schmoren.

### **Schritt8**

Die Würfelzwiebeln zu fügen, mit angehen lassen und etwas Zeit versetzt den Kohl unterschwenken

### **Schritt9**

Salzen, pfeffern und etwas Muskatnuss darüber reiben.

### **Schritt10**

Mit etwas Wasser und dem Schmand an gießen, ca. 12 - 15 min. bei schwacher Hitze und geschlossenem Deckel köcheln lassen, herzhaft nachschmecken.

**Rezeptart:** Hackfleischgerichte **Tags:** spitzkohl

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/herzhafte-schupfnudel-pfanne-mit-spitzkohl-und-zwiebelmett/>