



# GEBRATENE SPÄTZLI MIT SPECK,

kräftigem Reibkäse und Wirz



## HELLO WIRZ

Der krause Kohlkopf hat gesundheitlich einiges zu bieten: Er enthält jede Menge Vitamin C und Chlorophyll, das unsere Blutbildung unterstützt.



Speck (Scheiben)



frische Eierspätzli



Halbrahm



Zwiebel



Reibkäse



Schnittlauch



Wirz



25 Minuten

Stufe 1

Tag 1-5 kochen

Unsere Spätzli mit Speck sind tatsächlich eines Deiner liebsten Rezepte! Kein Wunder: Der Klassiker für alle Liebhaber der herzhaften Küche hat ja auch alles, was das Herz begehrt: Spätzli und dazu herrlich würziger Reibkäse – der sorgt für ein ganz besonderes Geschmackserlebnis. Leckerer Speck und frischer Wirz runden unsere Käsespätzli perfekt ab. Und viele **Ballaststoffe** stecken auch noch drin! Da bleibt nur eins zu sagen: Hau rein und guten Appetit!

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.  
Zum Kochen benötigst Du **2 grosse Bratpfannen**.



## 1 GEMÜSE SCHNEIDEN

Strunk vom **Wirz** entfernen und **Wirz** in ca. 2 cm grosse Rauten schneiden.  
**Zwiebel** abziehen und fein würfeln.  
**Speck** in Streifen schneiden.



## 2 WIRZ BRATEN

In einer grossen Bratpfanne **Öl\*** auf mittlerer Stufe erhitzen und **Zwiebelwürfel** und **Speckstreifen** darin 2 – 3 Min. anbraten.  
**Wirzrauten** zugeben und alles 1 – 2 Min. anbraten.

Anschliessend mit **Halbrahm** und warmem **Wasser\*** ablöschen und 10 – 15 Min. auf mittlerer Stufe weiterköcheln lassen.  
Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## 4 IN DER ZWISCHENZEIT

**Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.



## 5 FÜR DIE SPÄTZLIPFANNE

Gebratene **Spätzli** unter das **Speck-Wirsing-Gemüse** heben, **geriebenen Reibkäse** darüberstreuen und alles noch einmal in der Bratpfanne wenden.



## 3 SPÄTZLI ZUBEREITEN

Währenddessen in einer zweiten grossen Pfanne **Öl\*** erhitzen und **Eierspätzli** darin 5 – 7 Min. unter Wenden anbraten.



## 6 ANRICHTEN

Gebratene **Spätzli** auf Teller verteilen, mit **Schnittlauchröllchen** bestreuen und geniessen.

# 2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P		4P	
Wirz	1 x	250 g	1 x	500 g
Zwiebel	1 x	100 g	2 x	100 g
Speck (Scheiben)	1 x	75 g	1 x	150 g
Halbrahm 5)	1 x	200 ml	2 x	200 ml
frische Eierspätzli 1) 2)	1 x	400 g	1 x	800 g
Schnittlauch	1 x	10 g	1 x	10 g
Reibkäse 5)	1 x	50 g	1 x	100 g
Öl* für Schritt 2		1 EL		2 EL
warmes Wasser* für Schritt 2		50 ml		100 ml
Öl* für Schritt 3		½ EL		1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack			

\* Gut, im Haus zu haben [bei 4 Personen Mengen verdoppeln].  
🕒 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION
Brennwert	411 kJ/98 kcal	2.368 k J/566 kcal
Fett	5 g	27 g
– davon ges. Fettsäuren	1 g	7 g
Kohlenhydrate	10 g	58 g
– davon Zucker	1 g	7 g
Eiweiss	4 g	22 g
Salz	1 g	4 g

### ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

[f](#) [@](#) [▶](#) [p](#) #HelloFreshCH

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:  
+41 43 508 72 70 | [kundenservice@hellofresh.ch](mailto:kundenservice@hellofresh.ch)

## En Guete!



# FRIED SPAETZLE NOODLES WITH BACON,

strong mountain cheese and pointed cabbage



## HELLO MOUNTAIN CHEESE

*It came about when a way of preserving milk was being sought, as there was no of transporting it from the mountain down to the valley.*



Bacon



Spaetzle egg noodles



Cream



Onion



Grated mountain cheese



Chives



Pointed cabbage

25 minutes Level 1

Cook on days 1-5

Are you a fan of traditional, hearty cuisine? Then today's dish is definitely for you: fried spaetzle noodles with bacon! Our spaetzle noodles have already cooked their way into many hearts! No wonder, as this classic has everything you could desire: spaetzle noodles and deliciously spicy mountain cheese. Scrumptious bacon and pointed cabbage round off our cheese noodles perfectly. We wish you a good appetite!

Wash the **vegetables** and **herbs**. You will also need: **2 large frying pans**.



### CHOP VEGETABLES

Remove the stalk from the **pointed cabbage** and cut **cabbage** into approx. 2 cm diamonds. Peel and finely dice the **onion**. Cut **bacon** into strips.



### SAUTÉ POINTED CABBAGE

Heat **oil\*** in a large frying pan on medium heat and sauté diced **onion** and **bacon** strips for 2-3 min. Add **cabbage** diamonds and sauté everything for 1-2 min. more.

Then deglaze with **cream** and warm **water\*** and simmer for 10-15 min. on medium heat. Season with **salt\*** and **pepper\***.



### MEANWHILE

Cut the **chives** into thin rolls.



### FOR THE SPAETZLE STIR-FRY

Add fried **spaetzle noodles** to the **bacon** and **pointed cabbage**, sprinkle with **grated mountain cheese** and mix everything together in the frying pan.



### PREPARE SPAETZLE NOODLES

Meanwhile, heat **oil\*** in a second large frying pan and stir-fry **egg noodles** for 5-7 min.



### ARRANGE

Apportion fried **spaetzle noodles** onto plates, sprinkle with **chive rolls** and enjoy.

SERVES 2 | 4

# INGREDIENTS

	2P		4P	
Pointed cabbage <sup>Ⓞ</sup>	1 x	250 g	1 x	500 g
Onion	1 x	100 g	2 x	100 g
Bacon (slices)	1 x	75 g	1 x	150 g
Full cream <sup>5)</sup>	1 x	200 ml	2 x	200 ml
Spaetzle egg noodles <sup>1) 2)</sup>	1 x	400 g	1 x	800 g
Chives	1 x	10 g	1 x	10 g
Grated mountain cheese <sup>5)</sup>	1 x	50 g	1 x	100 g
Oil*	1 tbsp. each		2 tbsp. each	
Warm water*	50 ml		100 ml	
Salt*, pepper*	According to taste			

\* Good to have at hand [double the amounts for 4 persons]  
<sup>Ⓞ</sup> Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

AVERAGE NUTRITIONAL VALUES PER	100 g	PORTION
Calories	411 kJ/98 kcal	2.368 kJ/566 kcal
Fat	5 g	27 g
- incl. saturated fats	1 g	7 g
Carbohydrate	10 g	58 g
- incl. sugar	1 g	7 g
Protein	4 g	22 g
Salt	1 g	4 g

### ALLERGENS

1) Wheat 2) Egg 5) Milk

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)

This printed recipe is recyclable and FSC®-certified (FSC®-C129012).



We love feedback! Call us or write to us:  
 +41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch

Bon appetit!



# SPÄTZLI FRITS AU LARD,

fromage de montagne et chou pointu



## HELLO FROMAGE DE MONTAGNE

*Il a été créé lorsqu'une solution pour la conservation du lait était recherchée, car il n'existait pas de possibilité de transport depuis la montagne jusqu'à la vallée.*



Lard



Spätzle aux œufs



Crème



Oignon



Fromage de montagne râpé



Ciboulette



Chou pointu

25 minutes Niveau 1

À consommer dans les 1 à 5 jours

Êtes-vous amateur de cuisine traditionnelle bien consistante ? Si oui, vous allez être servi ! Au menu : des spaetzli au lard. Nos spaetzli ont déjà conquis de nombreux gourmets ! Pas étonnant, car ce grand classique a tous les ingrédients qui réjouissent les papilles : des spaetzli et un fromage de montagne bien relevé. Le délicieux lard et le chou pointu viennent parfaitement compléter ces spaetzli au fromage.

Laver les **légumes** et les  **fines herbes**. Vous aurez besoin de **deux grandes poêles** pour cette recette.



## 1 COUPER LES LÉGUMES

Retirer le tronc du **chou puis** couper des losanges d'env. 2 cm.

Peler l'**oignon** et le couper en petits dés.

Couper le **lard** en lamelles.



## 2 CUIRE LE CHOU POINTU

Dans une grande poêle, chauffer l'**huile\*** à feu moyen, y faire blondir les dés d'**oignon** et les **lamelles de lard** 2 à 3 min.

Ajouter les losanges de chou et cuire le tout 1 à 2 min.

Déglacer ensuite avec la **crème** et de l'**eau chaude\*** et laisser mijoter 10 à 15 min à feu moyen.

**Saler\*** et **poivrer\***.



## 3 PRÉPARER LES SPÄTZLI

Pendant ce temps, chauffer de l'**huile\*** dans une deuxième grande poêle et cuire en les retournant les **spätzli à base d'œufs 5** à 7 min.



## 4 PENDANT CE TEMPS

Couper la **ciboulette** en fines rondelles.



## 5 POUR LA POÊLÉE DE SPÄTZLI

Incorporer délicatement les **spätzli** frits sous les **légumes**, le chou et le **lard**, saupoudrer de **fromage de montagne râpé 5** et faire revenir encore une fois dans la poêle.



## 6 DRESSER

Dresser les **spätzli** frits dans les assiettes, saupoudrer de **rondelles de ciboulette** et déguster.

# 2 | 4 PERSONNES

# INGRÉDIENTS

	2P		4P	
Chou pointu <sup>Ⓞ</sup>	1 x	250 g	1 x	500 g
Oignon	1 x	100 g	2 x	100 g
Bacon (en tranches)	1 x	75 g	1 x	150 g
Crème entière <sup>5)</sup>	1 x	200 ml	2 x	200 ml
Spätzli aux œufs <sup>1) 2)</sup>	1 x	400 g	1 x	800 g
Ciboulette	1 x	10 g	1 x	10 g
Fromage de montagne râpé <sup>5)</sup>	1 x	50 g	1 x	100 g
Huile*	1 cs chaque		2 cs chaque	
Eau chaude*	50 ml		100 ml	
Sel*, poivre*	selon les goûts			

\* Ingrédients à toujours avoir chez soi (doubler les quantités pour 4 personnes).

<sup>Ⓞ</sup> Tenez compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR	100 g	PORTION
Valeur calorique	411 kJ/98 kcal	2.368 kJ/566 kcal
Graisse	5 g	27 g
- dont acides gras saturés	1 g	7 g
Glucides	10 g	58 g
- dont sucre	1 g	7 g
Protéines	4 g	22 g
Sel	1 g	4 g

## ALLERGÈNES

1) blé 2) œuf 5) lait

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)

Cette fiche recette est recyclable et certifiée FSC® (FSC®-C129012).



Vos commentaires sont les bienvenus ! Appelez-nous ou écrivez-nous :  
+41 43 508 72 70 | [kundenservice@hellofresh.ch](mailto:kundenservice@hellofresh.ch)

# Bon appétit !