



Back-Camembert mit Rotkohl und Haselnuss-Spätzle

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Haselnusskerne, ganz	100 g
Schalotten	2 St.
Äpfel, rot	2 St.
Öl	5 EL
Rotkohl aus dem Glas	720 ml
Wildpreiselbeeren	50 g
Zimt	
Salz	
Wasser	60 ml
Eier	2 St.
Paniermehl	50 g
Camembert	200 g
Spätzle, frisch	500 g
Butter	2 EL
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung

 Küchenutensilien

Teller, großer Topf, mittlerer Topf mit Deckel, große Pfanne, kleine Auflaufform, Sieb

1. Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Haselnusskerne grob hacken. Schalotten halbieren, schälen und fein würfeln. Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in ca. 1 cm dicke Spalten schneiden.
2. In einem Topf 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Schalotten und Äpfel darin ca. 2 Min. farblos anschwitzen. Rotkohl zugeben und mit Preiselbeeren, Zimt und Salz würzen. Wasser zugeben und unter gelegentlichem Umrühren auf mittlerer Stufe zugedeckt ca. 20 Min. garen.
3. In einem Topf ca. 4 l Salzwasser aufkochen. Für die Panierstraße auf einem ersten tiefen Teller das Ei verquirlen und auf einen zweiten Teller das Paniermehl geben. In einer Pfanne 4 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen. Camemberts halbieren, zuerst in Ei, dann in Paniermehl wenden und in der heißen Pfanne von beiden Seiten ca. 1 Min. anbraten. Danach in eine Auflaufform geben und im Ofen ca. 8 Min. backen.
4. Spätzle im kochenden Salzwasser ca. 1 Min. kochen und in ein Sieb abgießen. In der Pfanne 2 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und die gehackten Haselnüsse darin ca. 30 Sek. anrösten. Spätzle untermischen und ca. 2 Min. mitbraten, bis sie heiß sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Backcamembert aus dem Ofen nehmen und zusammen mit Rotkohl und Haselnuss-Spätzle auf Tellern anrichten.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	865 kcal		
Kohlenhydrate	78 g	Ballaststoffe	11 g
Eiweiß	30 g	Fette	51 g