

Gebratene Schupfnudeln mit Champignons und Lauch an Haselnuss-Crunch



Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Champignons, weiß	500 g
Lauch	1 St.
Salz	
Haselnusskerne, ganz	50 g
Butter	4 EL
Paniermehl	50 g
Öl	4 EL
Schupfnudeln	1000 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Muskatnuss, gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

Teller, mittlerer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb, Küchenpapier

1. Champignons ggf. mit Küchenpapier säubern und achteln. Lauch längs halbieren, Wurzelende entfernen, schräg in ca. 1 cm feine Streifen schneiden und Lauch in einem Sieb gründlich waschen. In einem Topf ca. 1,5 l Salzwasser zugedeckt aufkochen.
2. Lauch ins kochende Salzwasser geben und ca. 2–3 Min. blanchieren. Haselnüsse grob hacken. Lauch abgießen und abtropfen lassen.
3. In einer Pfanne 2 EL Butter auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen. Haselnüsse ca. 1 Min. rösten, Paniermehl zugeben und nochmals ca. 1 Min. rösten. Auf einem Teller beiseitestellen.
4. In der Pfanne 2 EL Butter und 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Schupfnudeln ca. 4–5 Min. goldbraun braten und auf einem Teller und beiseite stellen.
5. In der gleichen Pfanne erneut 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Champignons im heißen Öl ca. 3 Min. anbraten. Hitze auf mittlere Stufe reduzieren, Schupfnudeln und Lauch zugeben und ca. 3 Min. braten.
6. Schupfnudelpfanne mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, auf Tellern anrichten und mit Haselnuss-Crunch garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	834 kcal
Kohlenhydrate	122 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	29 g