



Käsespätzle mit geschmorten Zwiebeln und fruchtigem Salat

Zeit gesamt
35minZubereitungszeit
35minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot	2 St.
Mini Romana	2 St.
Zwiebeln, gelb	4 St.
Schnittlauch, frisch	10 g
Öl	4 EL
Essig	1 EL
Senf	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Zucker	2 TL
Butter	2 EL
Spätzle, frisch	800 g
Gouda, jung am Stück	200 g
Milch	100 ml

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf, mittlere Pfanne, Salatschleuder

1. In einem Topf ca. 3 l Wasser auf höchster Stufe aufkochen. Äpfel waschen, vierteln, Stiel und Kerne entfernen und grob raspeln. Mini Romana entstrunken, in ca. 1–2 cm dünne Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern. Zwiebeln schälen und in sehr dünne Ringe schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden.
2. In einer Schüssel 3 EL Öl, 1 EL Essig und Senf und mischen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Äpfel hinzugeben und ziehen lassen.
3. In einer Pfanne 1 EL Butter und 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebeln zugeben, mit 1 TL Zucker und 1 Prise Salz bestreuen und ca. 15 Min. schmoren. Währenddessen Spätzle im Topf ca. 6 Min. aufkochen. Gouda grob reiben.
4. Inzwischen in eine Pfanne 1 EL Butter und Milch auf mittlerer Stufe aufkochen und anschließend auf niedrige Stufe zurückschalten. Fertige Spätzle abschöpfen und direkt in die Pfanne geben. Käse unter die Spätzle rühren und schmelzen lassen.
5. Salat mit dem Apfeldressing mischen. Spätzle mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Tellern anrichten. Mit Schnittlauchröllchen und Schmorzwiebeln garnieren und mit Salat servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	779 kcal
Kohlenhydrate	88 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	35 g