Spätzle mit dunkler Pilzsoße und Schnittlauch-Bröseln

Zeit gesamt 35min

Zubereitungszeit 35min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Champignons, braun	500 g
Öl	4 EL
Paniermehl	50 g
Salz	
Tomatenmark	1 EL
Pfeffer, schwarz	
Rotwein, trocken	100 ml
Gemüsebrühe	200 ml
Sojasauce	2 EL
Schnittlauch, frisch	10 g
Spätzle, frisch	500 g

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf, große Pfanne, Sieb, Küchenkrepp

1. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und in sehr feine Scheiben schneiden. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und je nach Größe vierteln oder achteln.

2. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Paniermehl ca. 2–3 Min. unter Rühren goldgelb anrösten. Brösel anschließend salzen und in einer Schüssel beiseitestellen. Pfanne säubern und in einem Topf ca. 5 l Salzwasser zum Kochen bringen.

3. In der gesäuberten Pfanne 2 EL Öl auf höchster Stufe erhitzen. Pilze darin ca. 3 Min. scharf anbraten. Zwiebel und Knoblauch zugeben und ca. 1–2 Min. auf mittlerer Stufe weiterbraten. Tomatenmark zugeben und ca. 1 Min. rösten. Salzen und pfeffern, mit Rotwein ablöschen und ca. 4 Min. fast vollständig einkochen lassen.

4. Brühe ggf. anrühren und mit Sojasauce zu den Pilzen geben, aufkochen und die Soße ca. 4–5 Min. auf mittlerer Stufe köcheln. Die Pilzsoße mit Salz, Pfeffer und ggf. Zucker abschmecken. Inzwischen Schnittlauch waschen, trocken schütteln, in feine Ringe schneiden, mit den Bröseln mischen und mit Salz würzen.

5. Spätzle im siedenden Salzwasser ca. 5 Min. garen, bis sie an die Oberfläche steigen. In ein Sieb abgießen. Spätzle mit dunkler Pilzsoße auf Tellern anrichten und mit Schnittlauch-Bröseln garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	410 kcal
Kohlenhydrate	53 g
Eiweiß	14 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	14 g