



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	
Muskatnuss, gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

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

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