

 Hauptspeise

Krautfleckerl

🕒 15 min Zubereitungszeit

🕒 15 min Kochzeit

🔥 758 kcal pro Portion

••• Leicht

🌍 International

👩‍🍳 Sterneküche C. Rüffer



Zutaten

2 Portionen

1 Spitzkohl

1 El Kümmelkörner

2 kleine Zwiebeln

50 g gewürfelter Bauchspeck

2 El Pflanzenöl

1 Tl Zucker

100 ml Weißwein

100 ml Rinderbrühe

125 g Bandnudeln

1 Tl Paprikapulver edelsüß

1 El Butter

1 Bund Schnittlauch

Salz, Pfeffer

Zubereitung

- 1 Den Spitzkohl vierteln, den Strunk entfernen und anschließend in grobe Streifen schneiden. Die Spitzkohlstreifen zusammen mit den Kümmelkörnern und etwas Salz in einer Schüssel vermischen und 5 Minuten ziehen lassen.
- 2 Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Zwiebelwürfel und Speckwürfel in einer Pfanne zusammen mit dem Pflanzenöl farblos andünsten. Die Spitzkohlstreifen zugeben und kurze Zeit mitdünsten. Danach den Zucker, den Weißwein und die Rinderbrühe zugeben und den Spitzkohl abgedeckt für 10 Minuten garen lassen.
- 3 Die Bandnudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen und anschließend etwas kleinzupfen. Die gezupften Bandnudeln zusammen mit 100 ml Nudelwasser zu dem Spitzkohl geben und für 3 Minuten ohne Topfdeckel mitkochen lassen.
- 4 Das Paprikapulver und die Butter zu den Krautfleckerl geben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und die Krautfleckerl damit bestreuen.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	835kJ /199kcal	3.172kJ /758kcal
Fett	12g	46g
davon gesättigte Fettsäuren	4g	16g
Kohlenhydrate	15g	57g
davon Zucker	3g	11g
Eiweiß	4g	15g
Salz	1g	2g