



## Superfix: Spätzlepfanne mit Veggie-Hack

mit Zucchini und würzigem Tomatenpesto



ca. 20min



2 personen

Weißt du, was ein Express-Wohlfühlgericht ist? Wenn nicht, dann wirst du heute eins kennenlernen: Zucchini und vegetarisches Hack werden flugs angebraten, mit frischen Spätzle vereint und mit einem edlen Pesto aus Oliven und getrockneten Tomaten verfeinert. Zum Schluss verleihst du der Kreation noch einen cremigen Touch und schon steht alles auf dem Tisch - schneller, als du „Express-Wohlfühlgericht“ sagen kannst!

## Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 200g vegan gehakt <sup>6</sup>
- 400g spätzle <sup>1,3</sup>
- 1 kuipje rode pesto met olijven
- 1 kuipje crème fraîche <sup>7</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- 45ml olijfolie

## Kookgerei

- 2 grote koekenpannen

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 1003kcal, vet 64.1g, koolhydraten 71.0g, eiwit 30.4g



### 1. Zucchini schneiden

Die **Zucchini** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.



### 2. Zucchini braten

Die **Zucchini** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 5Min. goldbraun anbraten, dabei regelmäßig umrühren, damit die **Zuchinischeiben** gleichmäßig garen und bräunen.



### 3. Veggie-Hack braten

Parallel in einer zweiten Pfanne das **Veggie-Hack** mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 5Min. knusprig anbraten.



### 4. Spätzle anbraten

Die **Zucchini** mit 1 Prise Salz würzen und zum **Veggie-Hack** in die Pfanne geben. Die Pfanne ggf. auswischen, dann die **Spätzle** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 5-8Min. anbraten, bis die **Spätzle** leicht gebräunt sind.



### 5. Pesto zugeben

Das **Pesto** zu den **Spätzle** in die Pfanne geben, den Pestobecher mit etwas warmem Wasser ausschwenken und das Wasser ebenfalls zu den **Spätzle** in die Pfanne geben. Alles gut vermengen und 1-2Min. durchwärmen.



### 6. Spätzle fertigstellen

Das **Veggie-Hack**, die **Zucchini** und die **Crème fraîche** hinzufügen und alles gut mischen. Die **Spätzlepfanne** mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.