



Spätzle met kipstuckjes en romige champignonsaus met wortel



ca. 25min



2 personen

Spätzle is het Duitse antwoord op pasta (al betwijfelen we dat Italië op een antwoord zat te wachten). De deegsliertjes hebben een lekkere bite en zijn goed te combineren, dus zeker het proberen waard. Zeker als je er een volledig vegetarische maaltijd mee kunt bereiden met behulp van de heerlijke kipstuckjes van de Vegetarische Slager.

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 1 wortel
- 1 pakje vegan kipstuckjes ⁶
- 2 kuipjes grove mosterd ¹⁰
- 1x champignonplakjes
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 400g spätzle ^{1,3}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- 2 grote koekenpannen
- maatbeker

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), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 955kcal, vet 55.6g, koolhydraten 73.3g, eiwit 35.5g



1. Ui snijden

Pel en snijd de **ui** in dunne, halve ringen.



2. Wortels snijden

Schil evt. **wortel**, snijd hem in de lengte door en dan schuin in plakjes.



3. Kipstuckjes voorbereiden

Meng de **kipstuckjes** met de **mosterd** en 1-2 snufjes zout en peper.



4. Kipstuckjes bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie en bak de **kipstuckjes** in ca. 2min rondom goudbruin. Schep op een bord en zet opzij.



5. Saus maken

Verhit 2el olie in de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **ui**, **champignons** en **wortel** 4-5min. Blus af met 300-400ml water en stooft ca. 2min. Roer de **crème fraîche** erdoor en voeg dan de **kipstuckjes** toe. Stooft nog 2min tot de **groenten** beetgaar zijn. Proef of je nog peper of zout wil toevoegen.



6. Spätzle bakken

Verhit een 2e grote koekenpan op matig tot middelhoog vuur met 2el plantaardige olie. Bak de **spätzle** 3-4min tot ze warm zijn en breng ze op smaak met peper en zout. Serveer de **spätzle** met de **kipstuckjes** en **groente-roomsaus**.