

## Schupfnudel-Pfanne

Vor- und zubereiten: ca. 70 Min.

500 g **Gschwellti** (mehlig kochende Sorte), frisch gekocht

noch heiss schälen, in Stücke schneiden, durchs Passe-vite in eine Schüssel treiben, etwas abkühlen

200 g **Mehl**

$\frac{3}{4}$  Teelöffel **Salz**, wenig **Muskat**

alles daruntermischen

2 **Eier**

daruntermischen, rasch zu einem weichen, glatten Teig kneten, zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 15 Min. ruhen lassen

**Mehl**

zum Formen (kleines Bild)

**Salzwasser**, siedend

Schupfnudeln portionenweise ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, gut abtropfen, zugedeckt beiseite stellen in einer Bratpfanne heiss werden lassen

**Bratbutter** zum Braten

300 g **Rindsplätzli** (à la minute), in ca. 2 cm breiten Streifen

portionenweise je ca. 2 Min. braten, herausnehmen. Hitze reduzieren

$\frac{1}{2}$  Teelöffel **Salz**, wenig **Paprika**

Fleisch würzen, zugedeckt beiseite stellen. Bratfett auftupfen, evtl. wenig Bratbutter begeben

1 **Zwiebel**, fein gehackt

andämpfen

400 g **Rüebli**, in feinen Scheiben

ca. 5 Min. mitdämpfen

2 dl **Gemüsebouillon**

dazugießen, aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. köcheln. Fleisch und Schupfnudeln begeben, mischen, nur noch heiss werden lassen

2 Esslöffel **Petersilie**, fein gehackt

daruntermischen

### Tipps

- Schupfnudeln vor dem Daruntermischen in wenig Bratbutter braten, bis sie goldbraun sind.
- Statt Rindsplätzli Hirschplätzli oder Lammnierstück verwenden.
- Statt Rindsplätzli geschnetztes Rindfleisch (à la minute) verwenden.

**Lässt sich vorbereiten:** Schupfnudeln 1 Tag im Voraus zubereiten, abtropfen, auskühlen, zugedeckt kühl stellen.

**Pro Person:** 8 g Fett, 29 g Eiweiss, 64 g Kohlenhydrate, 1867 kJ (446 kcal)



### Schupfnudeln formen

Teig vierteln, jede Portion auf wenig Mehl zu je 1 Rolle von ca. 2 cm Ø formen. Mit einem Teighörnchen ca. 1 cm breite Stücke abstechen. Teigstücke mit wenig Mehl von Hand zu Schupfnudeln formen, die an den Enden etwas dünner werden.