

Bunte Schupfnudelpfanne

Die Garzeit richtet sich danach, ob frische oder tiefgekühlte Bohnen verwendet werden. Frische Bohnen brauchen etwas länger, um gar zu werden (ca. 8-10 Minuten). Sie sollten noch bissfest sein.

Küche Hauptspeisen

Portionen	Vorbereitung	Kochzeit
2 PERSONEN	15 MINUTEN	10-15 MINUTEN

Zutaten

- 200 g grüne Bohnen (frisch oder TK, aufgetaut)
- 1 rote Zwiebel
- 100 g Speckwürfel
- 400 g Schupfnudeln (Kühlregal oder selbst gemacht)
- 1 Bund Schnittlauch
- 150 g Quark (Magerstufe)
- 1 EL Zitronensaft
- 2 EL Milch
- Salz
- Pfeffer
- 1-2 EL Butterschmalz

Anleitungen

1. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln.
Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.
Frische Bohnen waschen und putzen.
Aufgetaute Bohnen gut abtropfen, ggf. etwas trocken tupfen.

2. Butterschmalz einer großen Pfanne erhitzen. Die Schupfnudeln dazu geben und so lange braten, bis sie eine schöne, braune Farbe bekommen haben (4-5 Minuten). Schupfnudeln aus der Pfanne nehmen, beiseite stellen.

3. Speck- und Zwiebelwürfeln in die Pfanne geben und kräftig anbraten. Bohnen dazu geben. TK-Bohnen 3-4 Minuten, frische Bohnen 8-10 Minuten (Bisstest) garen.

4. In der Zwischenzeit Zitronensaft und Milch mit dem Quark verrühren. Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken, die Hälfte der Schnittlauchröllchen unterrühren. Quark bis zum Servieren kühl stellen.

5. Sind die Bohnen gar, die Schupfnudeln wieder in die Pfanne geben, noch einmal 3-4 Minuten unter mehrfachem Wenden erhitzen. Mit ein wenig Salz und Pfeffer abschmecken; die restlichen Schnittlauchröllchen in die Pfanne geben, untermischen.
-

6. Noch heiß servieren, den Quark zum Dippen dazu reichen.