



# HÄHNCHENGESCHNETZELTES MIT SPÄTZLE

in einer cremigen Apfel-Champignon-Soße



## HELLO THYMIAN

Frischer Thymian sorgt in diesem Gericht für die ganz besondere Würze. Er soll außerdem besonders gut bei einer Erkältung helfen!



Hähnchenbrustfilets



Champignons



Eierspätzle



Apfel



Kochsahne



Petersilie



Thymian



Gewürzmischung „Hähnchen“

30-40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 2 Tag 1-3 kochen

leichter Genuss Zeit sparen

Fruchtig, würzig, cremig, zart ... Heute erlebst Du ein einmaliges Highlight für Deine Geschmackssinne! Unser zartes Hähnchengeschnetzeltes harmoniert nämlich wunderbar mit der fruchtigen Apfel-Champignon-Soße – auch wenn die Kombination erst einmal spannend klingt. Dazu gibt es frische, goldbraun angebratene Spätzle und mit Petersilie und Thymian gleich zwei aromatische Kräuter. Überrasche Deine Geschmacksnerven und lass es Dir schmecken!

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
Zum Kochen benötigst Du **2 große Pfannen**.



## 1 GEMÜSE SCHNEIDEN

**Champignons** in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

**Apfel** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Apfelhälften** ebenfalls in 0,5 cm große Scheiben schneiden.

Blätter vom **Thymian** abzupfen.



## 2 HÄHNCHEN SCHNEIDEN

**Hähnchenbrustfilets** in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.



## 3 HÄHNCHEN ANBRATEN

In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Hähnchengeschnetzeltes** darin ca. 4 Min. anbraten. **Champignonscheiben** zugeben und alles ca. 3 Min. weiterbraten. Anschließend **Gewürzmischung, Thymianblättchen** und **Apfelscheiben** zugeben und ca. 3 Min. unter Wenden braten. Mit **Sahne** ablöschen, Hitze reduzieren und ca. 5 Min. einköcheln lassen.



## 4 SPÄTZLE BRATEN

In einer zweiten großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl\*** bei mittlerer Stufe erhitzen, **Spätzle** darin ca. 5 Min. anbraten, bis sie goldbraun sind. In der letzten Minute ½ EL [¾ EL | 1 EL] **Butter\*** zugeben und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## 5 PETERSILIE SCHNEIDEN

Blätter der **Petersilie** abzupfen und grob hacken.  
**Champignon-Apfel-Soße** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 6 ANRICHTEN

**Spätzle** und **Hähnchengeschnetzeltes** in **Champignon-Apfel-Soße** auf Teller verteilen, mit gehackter **Petersilie** bestreuen und genießen.

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Champignons	100 g	150 g	200 g
Apfel DE	1	1	2
Petersilie/Thymian	5 g ☉	7,5 g ☉	10 g
Hähnchenbrustfilets	280 g	420 g	560 g
Gewürzmischung „Hähnchen“	3 g	4 g ☉	6 g
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml ☉	400 ml
Eierspätzle 1) 2)	250 g	400 g	500 g
Öl* für Schritt 3 und 4	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Butter* 5) für Schritt 4	½ EL	¾ EL	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.

☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 550 g)
Brennwert	552 kJ/132 kcal	2.923 kJ/699 kcal
Fett	7 g	35 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	14 g
Kohlenhydrate	10 g	54 g
– davon Zucker	3 g	18 g
Eiweiß	8 g	42 g
Salz	1 g	2 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

### ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland

[f](#) [@](#) [▶](#) [p](#) #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

## GUTEN APPETIT!