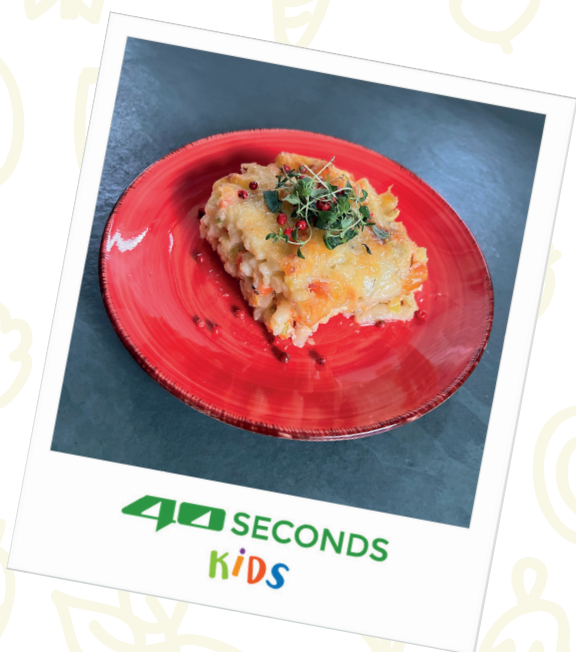


Bärenstark gekocht



Käsespätzle



Zutaten

- 600g frische Spätzle
- 50g Butter
- 2 Karotten
- ½ Stange Lauch
- 1 Sellerie
- 1 kl. Zwiebel
- 100ml Milch
- 200ml Sahne
- 300g geriebener Bergkäse
- Salz und Pfeffer
- Muskatnuss
- Etwas frische gehackte Petersilie

Zubereitung

1. Gemüse waschen, schälen und in feine Streifen schneiden
2. Butter in einer großen Pfanne zerlassen und die Gemüwestreifen darin kurz anschwitzen
3. Spätzle dazu geben, gut vermischen – dann Milch und Sahne dazugeben
4. Alles vorsichtig unter Rühren aufkochen lassen und dann $\frac{3}{4}$ des geriebenen Käse unterheben
5. Die Masse sollte jetzt halbflüssig sein, ggf. noch ein Schluck Sahne zugeben
6. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken – anschließend alles in eine Auflaufform geben
7. Den restlichen Käse drüberstreuen und bei 160 Grad ca. 15 Minuten goldbraun überbacken.
8. Mit frisch gehackter Petersilie und ggfs. mit Röstzwiebeln servieren

Tipp: Für Kinder eignet sich eine Mischung aus Emmentaler und Gouda meist besser als ein alter gereifter Bergkäse

Gutes Gelingen wünscht 40 SECONDS Kids

Gesundes Schulessen für Berlin



Eine Initiative von:



Mehr Rezepte unter:

www.40seconds.de/kids/rezpte

www.radioteddy.de/40seconds