

Winter-Rezept



Schupfnudeln mit Sauerkraut

Für 2 Personen, vegan, Zubereitungszeit 30 min



Zutaten:

- 1 Paket Frische Schupfnudeln
- 1 Paket Sauerkraut
- 1 Zwiebel, klein gewürfelt
- Rapsöl
- Salz, Pfeffer
- Schnittlauch oder Kresse

Zubereitung:

Zwiebelwürfel in einer Pfanne anbraten und dann die Schupfnudeln hinzugeben. Wenn sie gut gebräunt sind, das Sauerkraut dazu geben und mischen. Salzen und Pfeffern nach Geschmack.

Alles gut mischen, anrichten und mit Schnittlauch oder Kresse dekorieren.

Varianten:

Anstatt mit Zwiebel kann man das Gericht auch mit veganem Bacon oder geräucherten Tofuwürfeln zubereiten.

Mehr Rezepte unter: <https://ernaehrungsrat-rkn.de/regional-kochen/>

Claudia Zimmermann
Februar 2026