

Frische Gnocchi-Bacon-Pfanne in Kirschtomaten-Babypspinat-Soße

unter 650 Kalorien **Family** 25 – 35 Minuten • 610 kcal • Tag 3 kochen

34



Petersilie, glatt



rote Kirschtomaten



Bacon (Scheiben)



frische Gnocchi, vorgekocht



Crème fraîche



Babypinac



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Frühlingszwiebel



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Salz*, Wasser*, Pfeffer*, Öl*

Kochutensilien

1 große Pfanne und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Petersilie, glatt	10 g	10 g	10 g
rote Kirschtomaten	250 g	375 g	500 g
Bacon (Scheiben)	100 g	125 g	200 g
frische Gnocchi, vorgekocht (15)	400 g	600 g	800 g
Crème fraîche (7)	100 g	150 g**	200 g
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
Hartkäse ital. Art, geraspelt (7) (8)	20 g	40 g	40 g
Frühlingszwiebel (DE NL MA EG)	1	2	2

**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. 510 g)
Brennwert	498 kJ/119 kcal	2552 kJ/610 kcal
Fett	7,2 g	37,1 g
– davon ges. Fettsäuren	3,6 g	18,4 g
Kohlenhydrate	9,7 g	49,8 g
– davon Zucker	1,7 g	8,5 g
Eiweiß	3,4 g	17,5 g
Salz	0,86 g	4,42 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: (7) Milch (einschließlich Laktose) (8) Eier (15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande MA: Marokko EG: Ägypten



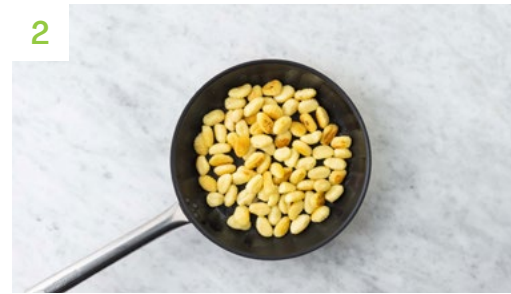
Vorbereitung

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Petersilienblätter fein hacken.

Kirschtomaten halbieren.

Bacon in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.



Gnocchi braten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen.

Gnocchi darin 8 – 9 Min. anbraten und gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind. Anschließend aus der Pfanne nehmen, in eine große Schüssel umfüllen und beiseite stellen.



Bacon anbraten

Dieselbe Pfanne wieder bei mittlerer Hitze erwärmen und **Baconstreifen** darin 3 – 4 Min. anbraten, bis sie schön knusprig sind.



Gemüse zufügen

Hitze reduzieren, **Frühlingszwiebel** und **Tomatenhälften** zum **Bacon** geben, leicht **pfeffern*** und 1 – 2 Min. weiterköcheln lassen.

Crème fraîche und 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser*** zugeben und alles gut vermischen.



Gnocchi vollenden

Gebratene **Gnocchi** in die **Soße** geben und drei Viertel der gehackten **Petersilie** vorsichtig unterrühren. **Soße** 1 Min. weiterköcheln lassen, bis sie etwas eingedickt ist.



Anrichten

Kurz vor dem Anrichten portionsweise **Babyspinat** zufügen und leicht zusammenfallen lassen.

Gnocchi auf Teller verteilen, **Hartkäseflakes** und restliche **Petersilie** darüberstreuen und genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

