



Leichter kochen,
besser essen!



5
KW07
2017

HelloFresh.de | kundenservice@hellofresh.de | #hellofreshde

Frische Gnocchi mit Kochschinken, dazu Senf-Schmand

Gnocchi, einen der Klassiker der italienischen Küche, kennt man normalerweise mit Tomate, Parmesan und Basilikum. Sie werden aus Kartoffeln hergestellt und gehören zu den Lieblingen der deutschen Küche. Warum dann nicht mal mit Senf, Schinken und Majoran kombinieren? Lass sie Dir schmecken!



25 min.



Stufe 1

schnell



Kochschinken



Gnocchi



Radieschen



rote Zwiebel



Schmand



körniger Senf



Thymian



Majoran

Zutaten in Deiner Box

2 Personen 4 Personen

rote Zwiebel [Ursprungsst. DE]	1	2
Kochschinken	120 g	240 g
Radieschen	100 g	200 g
Thymian/Majoran	je 5 g	je 10 g
frische Gnocchi 1) 3)	500 g	1000 g
Schmand 7)	75 g 	150 g
körniger Senf 10)	17 g	34 g

Nährwerte

pro Portion (ca. 450 g)

pro 100 g

Brennwert (kJ/kcal)	3184/759	645/154
Fett (g)	31	6
- davon ges. Fettsäuren (g)	15	3
Kohlenhydrate (g)	83	17
- davon Zucker (g)	13	3
Eiweiß (g)	28	6
Ballaststoffe (g)	5	1
Salz (g)	6	1

Allergene: 1) Gluten 3) Ei 7) Lactose 10) Senf

Gut im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern]

Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Öl

Was zum Kochen gebraucht wird

Wasserkocher, großer Topf, kleine Schüssel, große Pfanne, Sieb

 Verwende die restliche Menge anderweitig.



Vorbereitung: Gemüse und Kräuter waschen. Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen. Reichlich **Wasser** im Wasserkocher erhitzen.

1 **Zwiebel** abziehen. **Kochschinken** und **Zwiebel** in Streifen schneiden. **Radieschen** in dünne Scheiben schneiden, Blätter von **Majoran** und **Thymian** abzupfen. 100 ml [200 ml] heiße **Gemüsebrühe** vorbereiten.



2 In einen großen Topf reichlich kochendes **Wasser** füllen, **salzen** und einmal aufkochen lassen. **Gnocchi** zugeben, dann Topf vom Herd nehmen und **Gnocchi** 2 – 3 Min. ziehen lassen.

3 In einer kleinen Schüssel **Schmand** mit **körnigem Senf** verrühren, mit etwas **Salz** und **Pfeffer** würzen.



4 In einer großen Pfanne 1 EL [2 EL] **Öl** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Schinken-** und **Zwiebelstreifen** darin ca. 5 Min. unter Wenden anbraten.

5 **Gnocchi** nach der Garzeit in ein Sieb abgießen, anschließend in die Pfanne geben und bei hoher Hitze ca. 5 Min. mitbraten, bis sie gold-braun sind. Mit **Gemüsebrühe** ablöschen und ca. 1 Min. weiterköcheln lassen.



6 **Radieschenscheiben**, **Majoran-** und **Thymianblätter** unterheben und alles gut miteinander vermischen.

7 **Schinken-Gnocchi** auf Teller verteilen, **Senf-Schmand** darübergeben und genießen.