

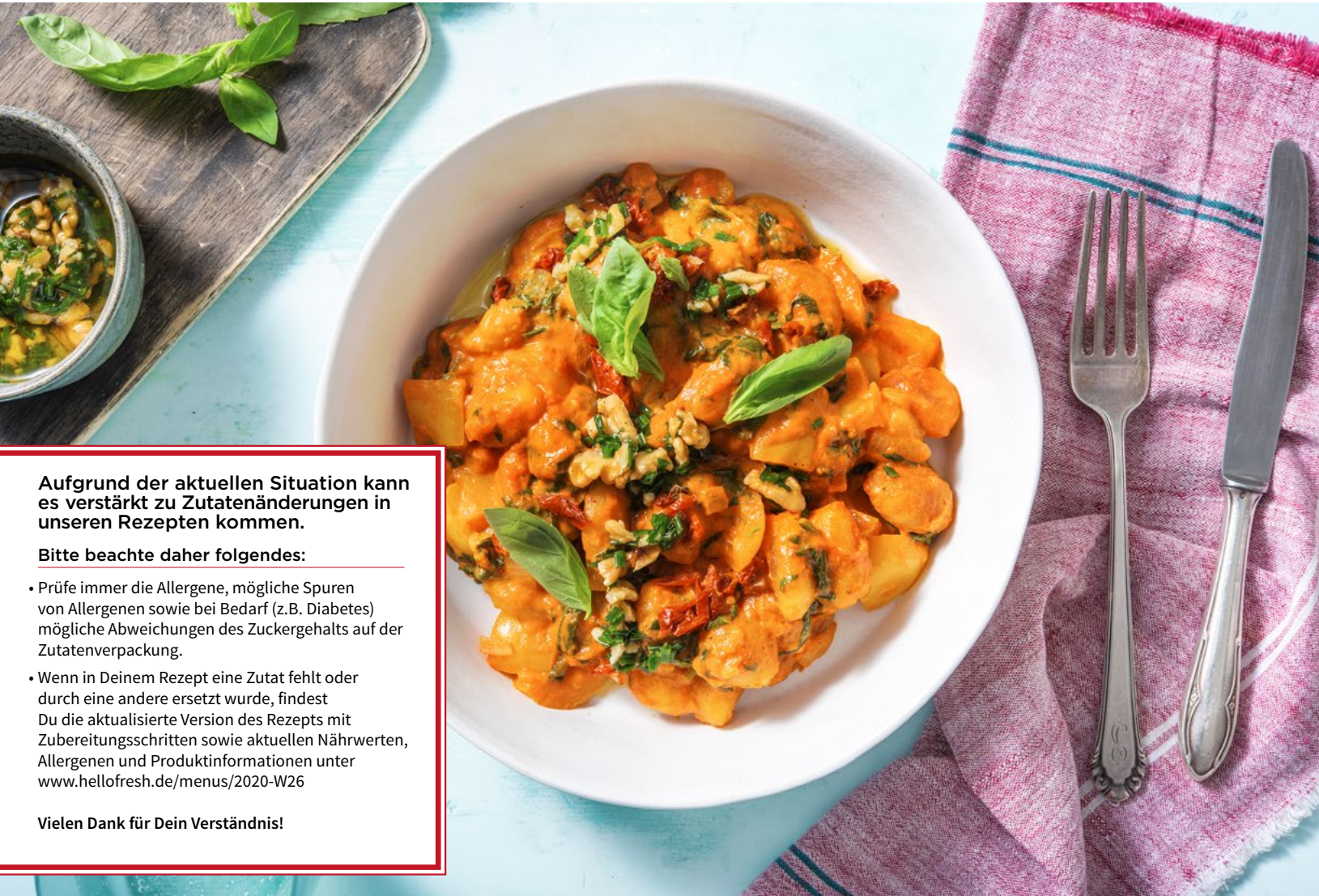


# GNOCCHI IN CREMIGER SPINAT-TOMATEN-SOSSE, verfeinert mit würzigem Schnittlauch-Walnussöl



## HELLO WALNÜSSE

*Nicht umsonst sehen sie aus wie ein kleines Gehirn:  
Walnüsse sind hilfreich, wenn es darum geht, unsere grauen Zellen mit Energie zu versorgen.*



**Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.**

**Bitte beachte daher folgendes:**

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter [www.hellofresh.de/menus/2020-W26](http://www.hellofresh.de/menus/2020-W26)

**Vielen Dank für Dein Verständnis!**



frische Gnocchi



Crème fraîche



Zwiebel



Paprika



Knoblauchzehe



Basilikum



Schnittlauch



stückige Tomaten



Walnusskerne



Babypinac

15 [20 | 20] Min.

30 [35 | 35] Min.

Stufe 2

Thermomix kocht

Veggie

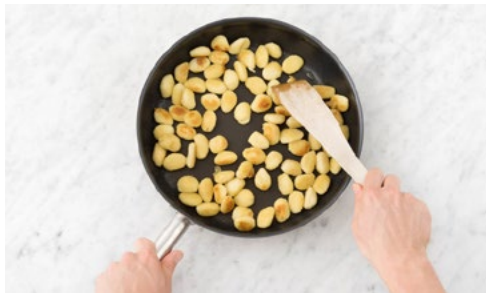
Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.  
Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.  
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **2 kleine Schüsseln**, **1 große Schüssel** und **1 große Pfanne**.



**1 ZUERST**  
Einige Blätter vom **Basilikum** abzupfen und für die Dekoration beiseitelegen.  
Restlichen **Basilikum** mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und in den Mixtopf geben.

**Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen.

**Zwiebel** halbieren und mit dem **Knoblauch** zugeben. **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.



**4 GNOCCHI BRATEN**  
In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 7 – 8 Min. goldbraun anbraten. Danach über den **Babyspinat** in die große Schüssel zugeben.



**2 MIT DER SOSSE BEGINNEN**  
10 g [15 g | 20 g] **Öl\*** in den Mixtopf zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.

Währenddessen **Paprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm große Stücke schneiden.  
**Paprikawürfel** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./100 °C/☞/Stufe 1** garen.

Währenddessen **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden und in eine kleine Schüssel geben.



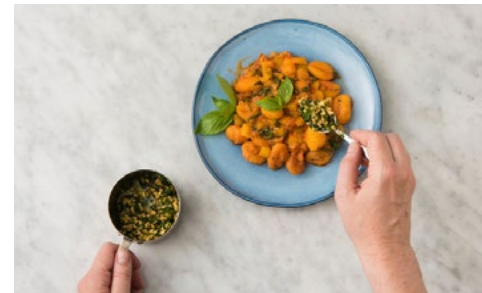
**5 SOSSE FERTIGSTELLEN**  
**Crème fraîche** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./☞/Stufe 3** vermischen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.  
**Tomatensoße** über **Gnocchi** und **Babyspinat** geben und alles vermengen.



**3 SOSSE & WALNÜSSE**  
**Stückige Tomaten**, **Salz\***, **Pfeffer\*** und 1 Prise **Zucker\*** in den Mixtopf zugeben und **11 Min./100 °C/☞/Stufe 1** kochen.

Währenddessen **Walnüsse** grob hacken, mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zu den **Schnittlauchröllchen** geben und vermengen.

**Babyspinat** in eine große Schüssel geben und **Gnocchi** anbraten.



**6 ANRICHTEN**  
**Gnocchi** auf Teller verteilen, **Schnittlauch-Walnuss-Öl** darüberträufeln, mit **Basilikumblättern** garnieren und genießen.

**Guten Appetit!**

## 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Crème fraîche 5)	75 g ☞	100 g ☞	150 g
Zwiebel DE	1	1	2
gelbe Paprika NL	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Basilikum/Petersilie/Schnittlauch	20 g	20 g	20 g
stückige Tomaten	1	1½ ☞	2
Walnüsse 7)	20 g	30 g	40 g
Babyspinat	75 g	100 g	150 g
frische Gnocchi 1)	400 g	600 g	800 g
Öl* für Schritt 2	10 g	15 g	20 g
Olivenöl* für Schritt 3	2 EL	3 EL	4 EL
Öl* für Schritt 4	1 EL	1½ EL	2 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.

☞ Beachte die benötigte Menge. Die geliefert 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. 650 g)
Brennwert	439 kJ/105 kcal	2.866 kJ/685 kcal
Fett	5,58 g	36,45 g
- davon ges. Fettsäuren	1,55 g	10,12 g
Kohlenhydrate	11,28 g	73,73 g
- davon Zucker	3,66 g	23,94 g
Eiweiß	1,63 g	10,62 g
Salz	0,912 g	5,958 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 5) Milch 7) Schalenfrüchte

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland NL: Niederlande ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar.