

Herzhafte Gnocchi-Pfanne mit mariniertem Babyspinat und Pinienkernen

Vegetarisch Family 25 – 35 Minuten • 3300 kJ/789 kcal • Tag 5 kochen

6



Pinienkerne



geraspelter
Bergjausenkäse



Knoblauchzehe



Babyspinat



Hartkäse geraspelt



Crème fraîche



frische Gnocchi



Gewürzmischung
„Hello Muskat“



Basilikumpaste



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

Gut im Haus zu haben

Wasser*, Pfeffer*, Salz*, Olivenöl*,
Weißweinessig*, Öl*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 große Pfanne und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Pinienkerne	10 g	10 g	20 g
geraspelter Bergkäse 7)	50 g	75 g	100 g
Knoblauchzehe ES	2	3	3
Babyspinat	75 g	100 g	150 g
Hartkäse geraspelt 7) 8)	20 g	40 g	40 g
Crème fraîche 7)	150 g	225 g**	300 g
frische Gnocchi 15)	400 g	600 g	800 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ 10)	5 g	7,5 g	10 g
Basilikumpaste	15 ml	15 ml	24 ml

Wasser*, Olivenöl*, Weißweinessig*, Öl* Angaben im Text

Salz*, Pfeffer* nach Geschmack

*Gut, im Haus zu haben

**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. 410 g)
Brennwert	805 kJ/192 kcal	3300 kJ/789 kcal
Fett	14,04 g	57,57 g
– davon ges. Fettsäuren	6,03 g	24,71 g
Kohlenhydrate	11,75 g	48,16 g
– davon Zucker	1,47 g	6,04 g
Eiweiß	4,28 g	17,55 g
Salz	1,047 g	4,294 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 **10)** Sellerie **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **ES:** Spanien



Zu Beginn

In einer großen Pfanne **Pinienkerne** ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze rösten, bis sie fein duften. Dann herausnehmen und beiseitestellen.

Knoblauch abziehen und fein hacken.



Gnocchi anbraten

In der Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 8 – 9 Min. anbraten, gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind. Anschließend aus der Pfanne nehmen.

Tip: Benutze für 4 Personen 2 Pfannen.



Spinatsalat zubereiten

Währenddessen in einer großen Schüssel

Basilikumpaste, 1 TL [1,5 TL | 2 TL]

Weißweinessig* und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** zu einem **Dressing** verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Spinat zum **Dressing** geben und gut vermischen.



Soße köcheln

Große Pfanne auswaschen, bei mittlerer Hitze 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erwärmen und **Knoblauch** darin 1 Min. anbraten.

Hitze reduzieren, 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser***, **Gewürzmischung „Hello Muskat“** und **Crème fraîche** zugeben und alles gut vermischen.



Käsesoße vollenden

Bergkäse unter die **Soße** rühren und mit **Pfeffer*** und **Salz*** würzen.

Gebratene **Gnocchi** in die **Soße** geben und vorsichtig unterrühren.

Kurz vor dem Anrichten portionsweise zwei Drittel des **Babyspinats** zufügen und leicht zusammenfallen lassen.



Anrichten

Gnocchi auf Teller verteilen und mit restlichem **Spinat**, geraspeltem **Hartkäse** und **Pinienkernen** toppen.

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>

