



Kürbis-Gnocchi

mit Salbei-Butter und Paprika-Ricotta-Soße



HELLO SPITZPAPRIKA

Einfach Spitze! Die rote Vitamin-C-Bombe schmeckt besonders fruchtig und lässt sich ganz besonders leicht klein schneiden.



Kürbiskerne



Spitzpaprika



Kürbisgnocchi



rote Chili



Zitrone



Knoblauchzehe



Salbei



Ricotta

25 min.

35 min.

Stufe 1

Thermomix
übernimmt alles

Veggie

Dieses leckere Gericht ist ein echter Liebling aus unserer Testküche – in wenigen Minuten war der Topf leer. Kein Wunder, denn unsere Kürbis-Gnocchi sind eine echte kulinarische Besonderheit! Die würzige Note der Gnocchi harmoniert perfekt mit unsere cremigen Paprika-Ricotta-Soße und erinnert an die mediterrane Küche Italiens. Lass Dir unser **kalorienarmes**, **scharfes** und **ballaststoffreiches** Gericht schmecken.

thermomix

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du zum Kochen außerdem eine **1 kleine Schüssel**, **1 große Schüssel**, eine **Saftpresse** und eine **Gemüsereibe**. Entdecke die **Kürbis-Gnocchi mit würziger Salbei-Butter**.



1 VORBEREITUNG

Kürbiskerne in den Mixtopf geben und **5 Min./120 °C/☞/Stufe 1** rösten, anschließend **3 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine kleine Schüssel füllen. In der Zwischenzeit das Kerngehäuse aus den **Paprika** entfernen und **Paprika** grob zerkleinern.



2 DAMPFGAREN

Gnocchi in den Varoma-Behälter geben, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitz frei bleiben, mit 1 Prise **Salz** und **Pfeffer** würzen. Varoma verschließen. 500 g **Wasser** und 1 TL **Salz** in den Mixtopf geben, Gareinsatz einhängen und **Paprikastücke** einwiegen. Varoma aufsetzen und **14 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Währenddessen **Chili** vom Kerngehäuse befreien und grob zerkleinern. Die Schale der **Zitrone** abreiben und **Zitrone** entsaften. **Knoblauch** abziehen. **Salbei** zupfen.



3 DÜNSTEN

Varoma vorsichtig abnehmen, kurz beiseitestellen und warmhalten. Gareinsatz mithilfe des Spatels herausnehmen, kurz beiseitestellen. Mixtopf leeren, dabei die **Garflüssigkeit** auffangen und Mixtopf trocknen. **Knoblauch** und **Chilistücke** (**Achtung: scharf!**) in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 15 g **Öl** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.



4 SOSSE ZUBEREITEN

100 g der aufgefangenen **Garflüssigkeit**, **Ricotta**, 10 g **Zitronensaft**, etwas **Zitronenabrieb**, vorgegarte **Paprikawürfel**, 1 Prise **Salz** und **Pfeffer** zugeben und **3 Min./98 °C/Stufe 1** garen. Anschließend **10 Sek./Stufe 5 – 6** pürieren. **Paprika-Ricotta-Soße** in eine große Schüssel umfüllen.



5 UNTERHEBEN

15 g **Butter** und **Salbei** in den Mixtopf geben und **2 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. **Kürbisgnocchi** vorsichtig mithilfe des Spatels unter die **Paprika-Ricotta-Soße** heben.



6 ANRICHTEN

Kürbisgnocchi mit **Paprika-Ricotta-Soße** auf Teller verteilen, mit **Salbei-Knoblauch-Butter** beträufeln, mit **Kürbiskernen** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

2 PERSONEN ZUTATEN

rote Chili ES	1
Spitzpaprika ES	2
Zitrone ES	½ ☞
Knoblauchzehe ES	½ ☞
Salbei	5 g ☞
Kürbiskerne 15)	10 g
Kürbisgnocchi 1)	400 g
Ricotta 7)	100 g

Salz,* Pfeffer*, Butter* 7), Öl*

* Gut im Haus zu haben.

☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix anpasst.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 400 g)
Brennwert	592 kJ/141 kcal	2511 kJ/600 kcal
Fett	6 g	25 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	8 g
Kohlenhydrate	18 g	77 g
– davon Zucker	6 g	24 g
Eiweiß	4 g	16 g
Ballaststoffe	2 g	8 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENEN

1) Gluten 7) Lactose 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

URSPRUNGLÄNDER

BR: Brasilien ES: Spanien IT: Italien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at