



HERZHAFTE GNOCCHI-PFANNE

mit mariniertem Babyspinat und Bergjausenkäse



HELLO PINIENKERNE

100 g Pinienkerne enthalten mehr Fett als dieselbe Menge Milkschokolade. Allerdings sind es hochwertige Fettsäuren, greife also ruhig zu.



Pinienkerne



geraspelter Bergjausenkäse



Knoblauchzehe



Babyspinat



geraspelter Hartkäse



Crème fraîche



frische Gnocchi



Gewürzmischung „Muskat“



Basilikumpaste

25 - 35 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Veggie

Wasche das **Gemüse** ab.
Zum Kochen benötigst Du **1 große Pfanne** und **1 große Schüssel**.



1 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.



2 GNOCCHI ANBRATEN

In der Pfanne 1 EL [1½ 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.

★ **TIPP:** Benutze für 4 Personen 2 Pfannen.



3 SPINATSALAT ZUBEREITEN

Währenddessen in einer großen Schüssel **Basilikumpaste**, 1 TL [1½ TL | 2 TL] **Weißweinessig*** und 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl*** zu einem **Dressing** verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Spinat** zum **Dressing** geben und gut vermischen.



4 SOSSE KÖCHELN

Große Pfanne auswischen, bei mittlerer Hitze 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** erwärmen und **Knoblauch** darin 1 Min. anbraten. Hitze reduzieren, 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser***, **Muskat-Gewürzmischung** und **Crème fraîche** zugeben und alles gut vermischen.



5 KÄSESOSSE VOLLENDEN

Bergjausenkäse unter die **Soße** heben und mit **Pfeffer*** und **Salz*** würzen. Gebratene **Gnocchi** in die **Soße** geben und vorsichtig unterrühren. Kurz vor dem Anrichten portionsweise **zwei Drittel Babyspinat** zufügen und leicht zusammenfallen lassen.



6 ANRICHTEN

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

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Pinienkerne 7)	10 g	10 g	20 g
Knoblauchzehe ES	2	3	3
frische Gnocchi 1)	400 g	600 g	800 g
Basilikumpaste	15 ml	15 ml	24 ml
Babyspinat	75g	100 g	150 g
Gewürzmischung „Muskat“	5 g	7,5 g	10 g
Crème fraîche 5)	150 g	225 g	300 g
geraspelter Bergjausenkäse 5)	50 g	75 g	100 g
geraspelter Hartkäse 5)	20 g	40 g	40 g
(Oliven-)Öl* für Schritt 2, 3 und 4	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Weißweinessig* 1) 11) für Schritt 3	1 TL	1½ TL	2 TL
Wasser* für Schritt 4	50 ml	75 ml	100 ml
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. 400 g)
Brennwert	790 kJ/189 kcal	3.140 kJ/751 kcal
Fett	12,22 g	48,57 g
– davon ges. Fettsäuren	5,99 g	23,80 g
Kohlenhydrate	14,78 g	58,76 g
– davon Zucker	2,53 g	10,04 g
Eiweiß	4,47 g	17,75 g
Salz	1,292 g	5,135 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
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGSLÄNDER

ES: Spanien

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



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at