



Pistazien-Knoblauch-Garnelen an Gnocchi

mit Tomatensauce und Fenchel-Orangen-Salat



ca. 35min



2 Personen

Mit maritimer Leichtigkeit verzauberst du deine Gäste, wenn sie heute die fluffigen Gnocchi in einer aromatischen Kirschtomatensauce mit geschmolzenen Anchovis und duftenden Kräutern verkosten. Das besondere Extra sind die zarten Garnelen, pink mit Pistazienkernen angebraten. Die leichte Brise von einem Salat mit hauchdünnem Fenchel, fruchtigen Orangen und schwarzen Oliven vollendet deine Ode an das Meer.

- 1 Dose Sardellenfilets in Öl ⁴
- 15g Basilikum & Oregano
- 1 Zwiebel
- 1 Dose Kirschtomaten
- 1 Fenchelknolle
- 1 Schalotte
- 2 unbehandelte Orangen
- 1 Packung schwarze Oliven
- 1 Knoblauchzehe
- 30g Pistazienkerne ¹⁵
- 1 Packung Garnelen, aufgetaut ²
- 500g Gnocchi ¹
- 100g Rucola

- 2EL Butter ⁷
- 1½TL Honig
- ½TL Senf ¹⁰
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Sieb

Energie 1065kcal, Fett 42.9g,
Kohlenhydrate 126.8g, Eiweiß 44.8g



4. Garnelen braten

2. Sauce köcheln

5. Gnocchi kochen

3. Salat zubereiten

6. Rucola unterheben

Die **½ des Rucola oder mehr** unter den **Salat** heben. Die **Gnocchi samt Sauce** auf tiefe Teller verteilen. Die **Pistazien-Knoblauch-Garnelen** darauf anrichten, und mit den **Basilikumblättern** garnieren und servieren. Den **Fenchel-Orangen-Salat** dazu reichen.