



V3: Kartoffel-Erbсен-Gnocchi & Hähnchenbrust

cremig-fein mit Limette und Spinat



20-30min



3-4 Personen

Ein entspanntes Gericht, das schnell zubereitet ist - perfekt für alle, die nach einem anstrengenden Tag nicht mehr lange in der Küche stehen wollen. Bei knusprig-cremiger Gnocchipfanne, die mit Spinat und Limette verfeinert wird, und zart gebratenem Hähnchenfleisch beginnt die Erholung direkt am Tisch. Guten Appetit!

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 2 unbehandelte Limetten
- 800g Kartoffel-Erbsen-Gnocchi
- 1
- 2 Becher Crème fraîche ⁷
- 300g Babyspinat

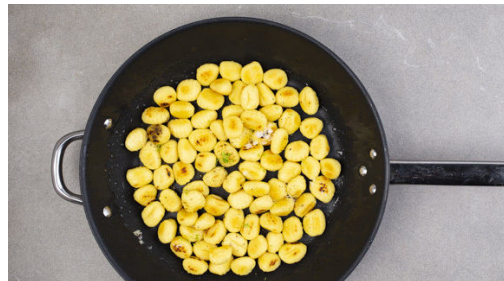
- 2EL Butter ⁷
- 1EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Energie 990kcal, Fett 48.9g,
Kohlenhydrate 87.6g, Eiweiß 46.3g



Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



Die **Gnocchi** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 8-10Min. goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer sowie **Limettenschale** und **Limettensaft** nach Geschmack würzen.



Das **Fleisch** trocken tupfen und in 1-2cm kleine Würfel schneiden.



Das **Fleisch** mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und in einer zweiten großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze rundum 3-4Min. anbraten. Anschließend das **Fleisch** aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller abgedeckt ruhen lassen.



Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen.



Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in derselben Pfanne mit 2EL Butter bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. Mit 1EL Mehl bestäuben und mit 100ml Wasser ablöschen, dann bei niedriger Hitze ca. 1Min. köcheln lassen und die **Crème fraîche** hinzugeben. Den **Spinat** unterheben und die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den **Gnocchi** und dem **Fleisch** anrichten und servieren.