



Bunte Gnocchipfanne mit Spinat

mit Tomaten, Kapern und Pinienkernen



unter 20min



3-4 Personen

Du möchtest gerne für dich und deine Lieben ein leckeres Abendessen zubereiten, hast aber nicht so viel Zeit, lange in der Küche rumzubasteln? Kein Problem mit diesem Knaller-Rezept! Du benötigst lediglich zwei Pfannen, um die Gnocchi und das Gemüse ganz unkompliziert anzubraten. Serviert wird alles mit einem feinen Pesto aus grob geschnittenen getrockneten Tomaten, Basilikum, Pinienkernen und bestem Hartkäse.

- 2 Packungen Pinienkerne
- 1kg Gnocchi ¹
- 20g frisches Basilikum
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zucchini
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Packung Babyspinat
- 1 Packung getrocknete Tomaten ¹²
- 3 Stückchen Hartkäse ^{3,7}

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- 2 große Pfannen
- Küchenreibe

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 742kcal, Fett 31.9g,
Kohlenhydrate 87.8g, Eiweiß 24.6g



Die **Pinienkerne** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Temperatur 2-3Min. anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell verbrennen. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen. Ca. **2/3 der Pinienkerne** fein hacken, die **restlichen Pinienkerne** für die **Garnitur** beiseitelegen.



Die **Zucchini** längs halbieren und in ca. 0,5cm breite Scheiben schneiden. Mit den **Basilikumstängeln** und dem **Knoblauch** in einer zweiten großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 4-5Min. anbraten. Die **Kirschtomaten** halbieren. Den **Spinat** in die Pfanne geben und garen, bis er zusammengefallen ist, dann die **Kirschtomaten** 1Min. mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



Die **Gnocchi** in der Pfanne mit 2-3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 8-10Min. rundum knusprig und goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



Die **getrockneten Tomaten** fein würfeln.
Den **Käse** fein reiben. Die **1/2 des Käses** mit
den **getrockneten Tomaten**, den **gehackten**
Pinienkerne, der **1/2 der Basilikumblätter**,
1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer zu
einem **Pesto** vermengen.



Die **Basilikumblätter** von den Stängeln
zupfen und grob schneiden. Die
Basilikumstängel fein schneiden. Den
Knoblauch schälen und grob würfeln.



Das gebratene **Gemüse** und das **Pesto** zu den **Gnocchi** in die Pfanne geben, alles gut verrühren und ca. 1Min. erwärmen. Die **Gnocchi** mit dem **restlichen Basilikum**, dem **restlichen Käse** und den **restlichen Pinienkernen** garnieren und servieren.