



Hähnchenfilet auf Rosmarin-Gnocchi

dazu geröstetes Wurzelgemüse



30-40min



2 Portionen

Wir bei Marley Spoon träumen zugegebenermaßen gerne ein bisschen von Sommer, Sonne und Erholung. Und wo ginge das besser als am Mittelmeer? Zwar können wir jetzt nicht einfach unsere Sachen packen und losflitzen, aber wir können uns zumindest ein paar feine mediterrane Kräuter nach Hause holen. Rosmarin ist unser absoluter Favorit, und den gibt's heute mit Gnocchi, Hähnchen, Wurzelgemüse und einem Hauch Zitrone. O dolce vita!

Was du von uns bekommst

- 1 Stück Knollensellerie ¹
- 1 Karotte
- 1 Hähnchenbrustfilet
- 500g Gnocchi ²
- 1 unbehandelte Zitrone
- 5g Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Butter ³
- 1EL Weizenmehl ²
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Sellerie (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 936kcal, Fett 39.0g, Kohlenhydrate 98.2g, Eiweiß 45.0g



1. Gemüse backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Knollensellerie** schälen, die **Karotte** ggf. schälen und beides in kurze, ca. 1cm dicke Stifte schneiden. Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech mit 1EL Olivenöl und 1 Prise Salz vermengen und 20-25Min. backen, bis es außen leicht gebräunt ist, dabei gelegentlich wenden.



4. Rosmarinbutter zubereiten

Die **Rosmarinnadeln** und den **Knoblauch** in der Fleischpfanne mit 3EL Butter und 1 Prise Salz bei niedriger Hitze 3-5Min. anbraten, bis der **Knoblauch** leicht gebräunt und der **Rosmarin** knusprig ist. Die **Gnocchi** in das kochende Wasser geben und 3-4Min. kochen lassen, bis sie gar sind und an der Oberfläche schwimmen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Fleisch braten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und in 1EL Mehl wenden. In einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze von jeder Seite 3-4Min. goldbraun anbraten, neben dem **Gemüse** auf das Backblech geben und in weiteren 10Min. durchgaren. Die Pfanne nicht auswischen, sie wird weiterverwendet.



5. Fertigstellen & servieren

Die **Gnocchi** in der Pfanne mit der **Rosmarinbutter** schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** in Scheiben schneiden und auf den **Rosmarin-Gnocchi** und dem **gerösteten Gemüse** anrichten. Mit ggf. **übrigem Rosmarinbutter** aus der Pfanne beträufeln und mit dem **Zitronenabrieb** und den **Zitronenspalten** garniert servieren.



3. Zutaten vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Gnocchi** zum Kochen bringen. Die **Zitronenschale** abreiben und die **Zitrone** in Spalten schneiden. Die **Rosmarinnadeln** von den Stängeln streifen. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



6. Gut eingölt

Leckere Gnocchi mit aromatischem Rosmarin und vollmundiger, geschmolzener Butter ... super Idee, oder? Wir lieben dieses Rezept so, wie es ist, aber es soll ja Menschen geben, die nicht so auf Milchprodukte stehen. Keine Sorge, wir verurteilen niemanden. Im Gegenteil, wir haben sogar eine Lösung parat! Die Butter einfach durch Olivenöl ersetzen – das schmeckt auch prima, versprochen.