



Gnocchi mit Hähnchen

mit Babyspinat und Limette



ca. 25min



4 Portionen

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!

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 2 unbehandelte Limetten
- 1kg Gnocchi ¹
- 300g Violife Creamy
- 400g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- 2EL vegane Margarine
- 1EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- 2 große Pfannen
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Messbecher

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

Allergene

Gluten (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 946kcal, Fett 43.0g,
Kohlenhydrate 93.3g, Eiweiß 44.6g



1. Zwiebel schneiden

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



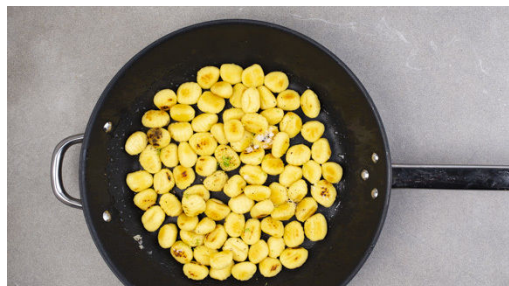
2. Fleisch schneiden

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



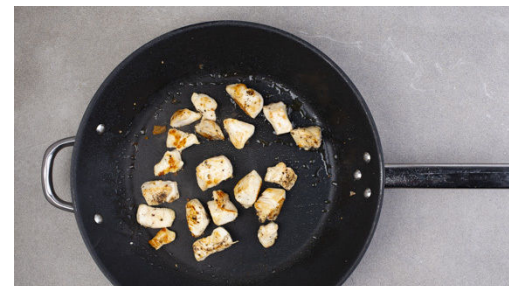
3. Limetten vorbereiten

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



4. Gnocchi braten

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.



5. Fleisch braten

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.



6. Sauce zubereiten

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