



Gnocchi mit Kürbis und Tomaten

dazu Salbei-Pistou und Babymangold



ca. 30min



2 Personen

Pistou, traditionell aus Knoblauch, Basilikum und Olivenöl zubereitet, ist das Pesto der Provence! Bei uns wird heute mal wieder ein bisschen experimentiert – wir verwenden für den französischen Klassiker neben Knoblauch noch Salbei und Petersilie und fügen ein Schüsschen Zitronensaft hinzu. Mmh, auch nicht schlecht! Zu Gnocchi mit gebackenem Hokkaido, fruchtigen Tomaten und frischem Babymangold quasi ein Gedicht. Chapeau!

Was du von uns bekommst

- 1 Hokkaidokürbis
- 2 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 15g Petersilie & Salbei
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 500g Gnocchi ¹
- 1 Päckchen Hefeflocken
- 1 Packung roter Babymangold

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- Schaumkelle
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Zitronenpresse

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 685kcal, Fett 17.6g, Kohlenhydrate 113.2g, Eiweiß 20.4g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Kürbis** halbieren, entkernen und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Die **Tomaten** halbieren. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und jede Hälfte in 3 Spalten schneiden.



2. Gemüse rösten

Das **Gemüse** nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, die **Tomaten** mit den Schnittflächen nach oben. Mit 1EL Olivenöl beträufeln und gut mit Salz und Pfeffer würzen, dann im Ofen ca. 20Min. rösten, bis der **Kürbis** weich und an den Rändern leicht gebräunt ist.



3. Pistou zubereiten

Die **Salbeiblätter** abzupfen. Die **Petersilie samt Stängeln** grob schneiden. Den **Knoblauch** schälen und halbieren. Die **Zitrone** halbieren und **eine Hälfte** auspressen. Die **Kräuter**, den **Knoblauch** und den **Zitronensaft** in einem hohen Gefäß pürieren, anschließend 1TL Olivenöl unterrühren. **Tipp:** Wer es besonders spritzig mag, kann auch mehr **Zitronensaft** verwenden.



4. Gnocchi garen

Wenn das **Gemüse** ca. 10Min. gebacken hat, in einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Gnocchi** zum Kochen bringen. Die **Gnocchi** in das kochende Wasser geben und einmal aufkochen lassen, dann bei niedriger Hitze ca. 4Min. garen, bis die **Gnocchi** an der Oberfläche schwimmen.



5. Tomatenpüree zubereiten

Das **Gemüse** aus dem Ofen nehmen und die **Tomaten** auf dem Blech mit einer Gabel sorgfältig zerdrücken. Dann die **Hefeflocken** gründlich untermengen, bis sie sich aufgelöst haben.



6. Gnocchi untermengen

Die **Gnocchi** portionsweise mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und direkt zum **Gemüse** auf das Blech geben. Den **Mangold** dazugeben und alles gut vermengen, dann die **Gnocchi** und das **Gemüse** auf Tellern anrichten. Nach Belieben mit dem **Pistou** garnieren und servieren.