



Vegetarische Hähnchenschnitzel

auf cremiger Gnocchi-Limetten-Pfanne



ca. 25min



6 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 lecker angebratenen vegetarischen Hähnchenschnitzeln beginnt die Erholung direkt am Tisch. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Pck. vegane Hähnchenschnetzel ^{1,3}
- 2 unbehandelte Limetten
- 1.5kg Gnocchi ¹
- 3 Becher Crème fraîche ²
- 600g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

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

Küchenutensilien

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Sojabohnen** (3).

Kann Spuren enthalten von: Eier

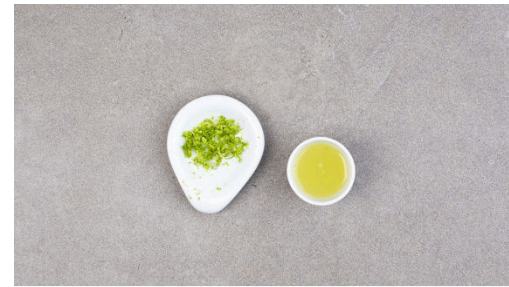
Nährwertangaben pro Portion

Energie 971kcal, Fett 48.0g, Kohlenhydrate 97.4g, Eiweiß 35.7g



1. Zwiebel schneiden

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



2. Limetten vorbereiten

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



3. Gnocchi braten

Die **Gnocchi** in einer großen Pfanne ggf. portionsweise mit 3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 8-10Min. goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer sowie **Limettenschale** und **Limettensaft** nach Geschmack würzen.



4. Schnitzel braten

Die **veganen Schnitzel** in einer zweiten großen Pfanne mit 3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 3-4Min. rundum anbraten. Anschließend abgedeckt auf einem Teller beiseitestellen.



5. Sauce zubereiten

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in derselben Pfanne mit 3EL Butter bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. Mit 1½EL Mehl bestäuben und mit 150ml 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.



6. Anrichten und servieren

Die **Gnocchi** mit der **Sauce** und den **Schnitzeln** anrichten und servieren.