MARLEY SPOON



One-Pan-Gnocchi mit Feta

in tomatiger Fenchel-Kapern-Sauce

ca. 25min 2 Portionen

Mehr Zutaten, mehr Genuss: Mit diesem XXL-Rezept erhältst du Zutaten für zwei Portionen statt einer. Ideal, wenn du Besuch hast, gemeinsam kochen möchtest oder dir eine Portion für später aufheben willst. Ein kleiner Aufpreis, der sich doppelt lohnt – flexibel, praktisch und richtig lecker.

Was du von uns bekommst

- 1 Fenchelknolle
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Tomaten
- 1 Dose Bio-Tomatenmark
- 1 Pck. Kapern
- 1 Pck. Chiliflocken
- 500g Gnocchi [1]
- 100g Feta [2]

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Wasserkocher
- Messbecher

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 754kcal, Fett 27.3g, Kohlenhydrate 99.9g, Eiweiß 25.7g



1. Fenchel schneiden

Den **Fenchel** von den Stielen, dem harten Strunk und dem **Fenchelgrün** befreien, das **Fenchelgrün** aufbewahren. Den **Fenchel** längs halbieren und quer in ca. 0,5cm breite Streifen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln.



2. Fenchel anschwitzen

Die **Zwiebeln** und den **Fenchel** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und ½TL Salz bei mittlerer bis starker Hitze 4–6Min. anschwitzen, bis die **Zwiebeln** weich und glasig sind.



3. Tomaten schneiden

In einem Wasserkocher 225ml Wasser zum Kochen bringen. **Tipp:** Die nach Wasserkocher variierende Mindestmenge beachten und ggf. mehr Wasser aufkochen. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Tomaten** grob würfeln.



4. Tomatenmark zugeben

Das **Tomatenmark**, den **Knoblauch**, die **½ der Kapern**, **¼ der Chiliflocken oder mehr nach Geschmack** sowie je 1 Prise Zucker und Pfeffer zu dem **Fenchel** in die Pfanne geben. Ca. 2Min. mitbraten, bis das **Tomatenmark** eine dunkle Farbe angenommen hat.



5. Gnocchi garen

Die **Gnocchi** in die Pfanne geben, mit dem aufgekochten Wasser ablöschen und 2–4Min. köcheln lassen. Regelmäßig umrühren, damit die **Gnocchi** nicht am Pfannenboden kleben bleiben.



6. Tomaten untermengen

Die Pfanne vom Herd nehmen, sobald die **Gnocchi** gar sind, dann die **Tomaten** und die **restlichen Kapern** untermengen. Die **Gnocchi** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf tiefe Teller verteilen und den **Feta** mit den Händen darüber zerkrümeln. Mit dem **Fenchelgrün** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**