



Vegane „Hackbällchen“ in Tomatensauce

auf knusprigen Rosmarin-Gnocchi



ca. 25min



2 Personen

Da fühlt man sich direkt an die italienische Riviera versetzt, denn die in Rosmarin gebratenen Gnocchi und leckeren veganen „Hackbällchen“ in aromatischer Tomaten-Gemüse-Sauce mit Basilikum lassen Urlaubsgefühle aufkommen. Ein besonderes Schmankerl ist das knusprige Topping aus Rosmarin, Knoblauch und delikaten Rauchmandeln. Wir träumen uns dann mal nach Italien ...

Was du von uns bekommst

- 400g Spaghetti-Gemüsemix
- 1 Packung vegane Hackbällchen ⁶
- 1 Packung Tomatensauce mit Basilikum
- 1 Knoblauchzehe
- 5g Rosmarin
- 500g Gnocchi ¹
- 25g Rauchmandeln ¹⁵

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 959kcal, Fett 41.7g, Kohlenhydrate 114.8g, Eiweiß 29.8g



1. Gemüse braten

Den **Gemüsemix** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 5-6Min. braten, bis das **Gemüse** weich wird.



2. Bällchen braten

Die **veganen Hackbällchen** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3-4Min. rundum goldbraun anbraten.



3. Sauce zugeben

Die **Tomatensauce** zu dem **Gemüsemix** geben, 100ml Wasser hinzufügen und aufkochen lassen. Die **Bällchen** untermengen und alles bei niedriger Hitze 5-6Min. köcheln lassen.



4. Rosmarin & Knobi braten

Den **Knoblauch** mit der flachen Seite eines Messers leicht zerdrücken, schälen und mit den **Rosmarinzweigen** in der mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 1-2Min. anbraten, bis der **Knoblauch** leicht gebräunt ist, dabei gelegentlich umrühren. Den **Rosmarin** und den **Knoblauch** aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



5. Gnocchi braten

Die **Gnocchi** in derselben Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 5-6Min. goldbraun braten, dabei regelmäßig umrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Rosmarinnadeln** abzapfen, grob schneiden und die **1/2 des Rosmarins** unter die **Gnocchi** mengen.



6. Topping vorbereiten

Den **Knoblauch** fein würfeln, die **Mandeln** und den **restlichen Rosmarin** fein hacken und alles vermengen. Die **Tomatensauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Gnocchi** mit dem **Gemüse**, der **Sauce** und den **Bällchen** auf Teller verteilen und mit dem **Rosmarin-Topping** garniert servieren.