

Gnocchi-Salat mit selbst gemachtem Caesar-Dressing dazu marinierte Kirschtomaten

Vegetarisch Family unter 650 Kalorien Thermomix kocht • 586 kcal • Tag 3 kochen



frische Gnocchi



Kirschtomaten



Joghurt



geriebener Hartkäse



Knoblauchzehe



Mayonnaise



Salatherz (Romana)



Worcester Sauce



Schnittlauch



Zitrone, gewachst



mittelscharfer Senf



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Pfeffer*, Salz*, Olivenöl*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, Backpapier, 1 große Pfanne und 2 große Schüsseln

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Gnocchi 15)	400 g	600 g	800 g
Kirschtomaten	250 g	375 g	500 g
Joghurt 7)	75 g	100 g	150 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	60 g	100 g	120 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Mayonnaise 8) 9)	25 g	25 g	50 g
Salatherz (Romana) DE	2	3	4
Worcester Sauce	4 ml**	6 ml**	8 ml
Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Zitrone, gewachst ZA AR	1	1	1
mittelscharfer Senf 9)	5 ml**	7,5 ml**	10 ml

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 600 g)
Brennwert	400 kJ/96 kcal	2453 kJ/586 kcal
Fett	5,04 g	30,88 g
– davon ges. Fettsäuren	1,43 g	8,74 g
Kohlenhydrate	8,81 g	53,96 g
– davon Zucker	2,09 g	12,83 g
Eiweiß	3,08 g	18,85 g
Salz	0,748 g	4,581 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) 8) Eier 9) Senf 15) Weizen (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland ES: Spanien ZA: Südafrika AR: Argentinien



Dressing zubereiten

Knoblauch abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und die Hälfte in eine große Schüssel umfüllen.

Tipp: Wenn Du keinen rohen Knoblauch magst, verwende den ganzen Knoblauch für die Kirschtomaten.

Zitrone in 6 Spalten schneiden.

Mayonnaise, Joghurt, die Hälfte [drei Viertel | alles] vom **Senf**, 40 g [60 g | 80 g] **Käse**, die Hälfte [drei Viertel | alles] von der **Worcester Sauce, Saft** aus 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte, Salz*** und **Pfeffer*** zum **Knoblauch** in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 4** mischen.



Gnocchi anbraten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** auf mittlere Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 5 – 8 Min. anbraten, gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind.

Gnocchi in die große Schüssel zum **Dressing** umfüllen, kurz beiseitestellen und etwas abkühlen lassen. Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



Für die Tomaten

Dressing in eine weitere große Schüssel umfüllen.

Mixtopf spülen und 350 g **Wasser*** in den Mixtopf geben.

Kirschtomaten mit 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Olivenöl*** und **Salz*** in die große Schüssel zum **Knoblauch** geben und mischen.

Varoma-Einlegeboden so mit Backpapier belegen, dass die seitlichen Garschlitze frei sind.



Salat mischen

Salatherz halbieren, Strunk entfernen und **Salatherz** längs in breite Streifen schneiden.

Salatstreifen in die große Schüssel zu den **Gnocchi** und dem **Dressing** geben, vorsichtig vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Schneiden & dämpfen

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Marinierte **Kirschtomaten** auf dem Varoma-Einlegeboden verteilen. V-Einlegeboden in den V-Behälter einsetzen, Varoma verschließen und aufsetzen.

Den **Thermomix®** erst programmieren, wenn die **Gnocchi** in der Pfanne sind. Dann **10 Min./Varoma/Stufe 1** garen und mit dem Rezept fortfahren.



Anrichten

Varoma abnehmen und vorsichtig öffnen (**Achtung: heiß!**).

Salat in Schüsseln anrichten und mit **Kirschtomaten** toppen.

Für ein bisschen Extrageschmack noch ein wenig vom **Tomatenfond** vom Backpapier über den **Salat** träufeln.

Salat mit restlichem **Hartkäse** und **Schnittlauchröllchen** toppen.

Guten Appetit!