



GNOCCHI MIT EXTRA SCHWEINEFILET

in cremiger Tomaten-Spinat-Soße



EXTRA LECKERBISSEN

SCHWEINEFILET



frische Gnocchi



Crème fraîche



Zwiebel



gelbe Paprika



Knoblauchzehe



Basilikum



Schnittlauch



stückige Tomaten



Walnusskerne



Babyspinat



getrocknete Tomaten
(mit Kräutern)



Schweinefilets

15 [20 | 20] Min. 30 [35 | 35] Min.

Stufe 2 Thermomix kocht

Tag 1 - 5 kochen

Extra Leckerbissen! Unsere Gnocchi in cremiger Tomaten-Spinat-Soße zählen sowieso schon zu Deinen liebsten Rezepten. Mit zartem Schweinefilet und getrockneten Tomaten wird daraus aber noch mal ein ganz besonderes Geschmackserlebnis! Dazu gibt es ein raffiniertes und schnelles Schnittlauch-Walnuss-Öl, das für das gewisse Etwas sorgt, wenn es am Ende ganz schnell geht und sich jeder auf die eigene Portion freut.

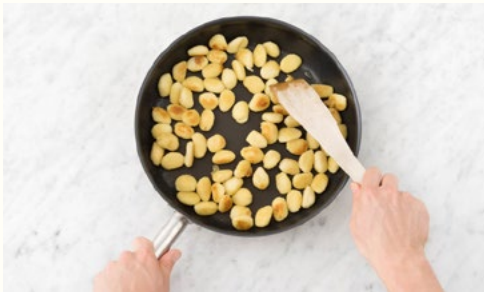
thermomix

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Neben dem **Thermomix*** benötigst Du **1 große Schüssel**, **1 große Pfanne** und **2 kleine Schüsseln**.



1 ZU BEGINN

Getrocknete Tomaten in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen. Einige Blätter vom **Basilikum** abzupfen und für die Dekoration beiseitelegen. Restliches **Basilikum** mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und in den Mixtopf geben. **Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen. **Zwiebel** halbieren und beides zugeben. **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.



4 GNOCCHI BRATEN

In einer großen Pfanne $\frac{1}{2}$ EL [$\frac{3}{4}$ EL | 1 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 7 – 8 Min. goldbraun anbraten und danach zum **Babyspinat** in die große Schüssel geben. Nochmal $\frac{1}{2}$ EL [$\frac{3}{4}$ EL | 1 EL] **Öl*** bei hoher Stufe in der Pfanne erwärmen.



2 SOSSE ANFANGEN

10 g [15 g | 20 g] **Öl*** in den Mixtopf zugeben und **3 Min./120 °C/ Stufe 1** dünsten. Währenddessen **Paprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprika** in 1 cm große Stücke schneiden. **Paprikawürfel** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./100 °C/ Stufe 1** garen. Währenddessen **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden und in eine kleine Schüssel geben.



5 FLEISCH & SOSSE

Medaillons je Seite 2 – 3 Min. für medium oder 3 – 4 Min. für well done braten. In den letzten 30 Sek. der **Medaillons**-Garzeit die **getrockneten Tomaten** hinzugeben und kurz durchschwenken. **Crème fraîche** in den Mixtopf zugeben, **10 Sek./ Stufe 3** mischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Tomatensoße** über **Gnocchi** und **Babyspinat** geben und alles miteinander vermengen.



3 SOSSE & WALNÜSSE

Stückige Tomaten, **Salz***, **Pfeffer*** und 1 Prise **Zucker*** in den Mixtopf zugeben und **11 Min./100 °C/ Stufe 1** kochen. Währenddessen **Walnüsse** grob hacken und mit 1 EL [1 $\frac{1}{2}$ EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zu den **Schnittlauchröllchen** geben und vermengen. **Babyspinat** in eine große Schüssel geben. **Schweinefilets** gegen die Faser halbieren, sodass 2 **Medaillons** pro Person entstehen. Mit dem Rezept fortfahren.



6 ANRICHTEN

Gnocchi auf Teller verteilen. **Medaillons** in Streifen schneiden und fächerförmig auf den **Gnocchi** verteilen. **Schnittlauch-Walnuss-Öl** darüberträufeln, mit **Basilikumblättern** garnieren und genießen.

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
getrocknete Tomaten (mit Kräutern)	50 g	75 g	100 g
Basilikum/Schnittlauch	20 g	20 g	20 g
Zwiebel DE	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
gelbe Paprika PL NL	1	1	2
stückige Tomaten	1	1 $\frac{1}{2}$ ☉	2
Walnüsse 7)	20 g	20 g	20 g
Babyspinat	75 g	100 g	150 g
Schweinefilets	250 g	375 g	500 g
frische Gnocchi 1)	400 g	600 g	800 g
Crème fraîche 5)	75 g ☉	100 g ☉	150 g
Öl* für Schritt 2	10 g	15 g	20 g
Olivenöl* für Schritt 3	1 EL	1 $\frac{1}{2}$ EL	2 EL
Öl* für Schritt 4	je $\frac{1}{2}$ EL	je $\frac{3}{4}$ EL	je 1 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.
☉ 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. 800 g)
Brennwert	498 kJ/119 kcal	4.054 kJ/969 kcal
Fett	6 g	52 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	13 g
Kohlenhydrate	10 g	81 g
– davon Zucker	4 g	31 g
Eiweiß	5 g	41 g
Salz	1 g	7 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

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 7) Schalenfrüchte

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien NL: Niederlande PL: Polen

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at