



GNOCCHI MIT TOMATENRAHM UND CHORIZO

Pinienkernen und Babyspinat

EXPRESS
REZEPT



frische Gnocchi



Kochsahne



Tomatenpesto



Babyspinat



Chorizo



Pinienkerne



geraspelter Hartkäse

15 Minuten

Stufe 1

Tag 1-5 kochen

Wasche das **Gemüse** ab.
Zum Kochen benötigst Du **2 große Pfannen**.



1 PINIENKERNE RÖSTEN

In einer großen Pfanne **Pinienkerne** ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze 2 – 3 Min. rösten, bis sie fein duften. Anschließend aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen.



2 GNOCCHI BRATEN

In derselben großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 8 – 9 Min. anbraten, gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind. **★TIPP:** Verwende für 4 Personen 2 Pfannen!



3 CHORIZO ANBRATEN

Chorizo in kleine Würfel schneiden. In einer zweiten großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen und **Chorizowürfel** darin 2 – 3 Min. anbraten.



4 SOSSE ZUBEREITEN

Kochsahne und **Tomatenpesto** zu den **Chorizowürfeln** geben, umrühren und einmal aufkochen lassen.



5 SOSSE VOLLENDEN

Den **Babyspinat** nach und nach zur **Soße** geben, bis er vollständig zusammengefallen ist. **Soße** nach Geschmack mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



6 ANRICHTEN

Gebratene **Gnocchi** in die **Soße** geben und vorsichtig unterrühren. **Gnocchi** auf Teller verteilen und mit **Pinienkernen** und **Hartkäseflakes** toppen.

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Pinienkerne	10 g	15 g	20 g
frische Gnocchi 1)	400 g	600 g	800 g
Chorizo 5) 10)	80 g	120 g	160 g
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml	400 ml
Tomatenpesto 11)	75 g	100 g	150 g
Babyspinat	100 g	150 g	200 g
geraspelter Hartkäse 5)	20 g	30 g	40 g
Öl* für Schritt 2 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

🍴 Beachte die benötigte Menge. Die geliefertete 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. 450 g)
Brennwert	779 kJ/186 kcal	3.535 kJ/845 kcal
Fett	9,97 g	45,20 g
– davon ges. Fettsäuren	3,70 g	16,78 g
Kohlenhydrate	14,04 g	63,68 g
– davon Zucker	3,15 g	14,27 g
Eiweiß	5,22 g	23,67 g
Salz	1,754 g	7,955 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
10) Sojabohnen 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59
kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005
kundenservice@hellofresh.at