



Kürbis-Gnocchi

mit würziger Salbei-Butter und Paprika-Ricotta-Soße



HELLO SPITZPAPRIKA

Einfach Spitze! Die rote Vitamin-C-Bombe schmeckt besonders fruchtig und lässt sich ganz besonders leicht klein schneiden.



rote Chili



Spitzpaprika



Zitrone



Knoblauchzehe



Salbei



Kürbiskerne



Kürbisgnocchi



Ricotta

25 Minuten

Stufe 1

Neuentdeckung

Veggie

Zeit sparen

Dieses leckere Gericht ist ein echter Liebling aus unserer Testküche – in wenigen Minuten war der Topf leer. Kein Wunder, denn unsere Kürbis-Gnocchi sind eine echte kulinarische Besonderheit! Die würzige Note der Gnocchi harmoniert perfekt mit unserer cremigen Paprika-Ricotta-Soße und erinnert an die mediterrane Küche Italiens. Lass Dir unser **kalorienarmes** und **scharfes** Gericht schmecken.

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Erhitze **100 ml [200 ml]** Wasser im **Wasserkocher**. Zum Kochen benötigst Du außerdem eine **Gemüsereibe**, eine **Saftpresse**, **1 große Pfanne**, **1 kleine Schüssel**, **1 kleinen Topf** und **Küchenpapier**. Entdecke die **Kürbis-Gnocchi mit würziger Salbei-Butter**.



1 ALS VORBEREITUNG

Chili längs halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Chilihälften** in feine Ringe schneiden. **Paprika** halbieren, entkernen und **Paprikahälften** in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Schale der **Zitrone** fein abreiben, dann **Zitrone** entsaften. **Knoblauch** abziehen und in dünne Scheiben schneiden. **Salbeiblätter** abzupfen und längs in dünne Streifen schneiden.



4 GNOCCHI BRATEN

Kürbisgnocchi mit 1 TL [1 EL] **Butter** in die Pfanne geben. Rundherum 3–5 Min. goldbraun anbraten, dabei mehrfach wenden. Ebenfalls aus der Pfanne nehmen und kurz beiseitestellen.



2 KÜRBISKERNE RÖSTEN

In einer großen Pfanne **Kürbiskerne** ohne Zugabe von Fett anrösten, bis sie duften. Dann aus der Pfanne nehmen, kurz abkühlen lassen und grob hacken.



5 PAPRIKA-SOSSE ZUBEREITEN

100 ml [200 ml] heiße **Gemüsebrühe** vorbereiten. 1 EL [2 EL] **Öl** in der Pfanne erhitzen, **Paprikawürfel** und **Chiliringe** (**Achtung: scharf!**) darin 3–5 Min. anbraten. **Gemüsebrühe**, **Ricotta**, 1 EL [2 EL] **Zitronensaft**, etwas **Zitronenabrieb**, ein wenig **Salz** und **Pfeffer** dazugeben und gut vermischen.



3 FÜR DIE SALBEIBUTTER

In der großen Pfanne 1 TL [1 EL] **Butter** bei mittlerer Stufe erhitzen, **Knoblauchscheiben** und **Salbeistreifen** darin 1–2 Min anbraten. Danach in eine kleine Schüssel umfüllen.



6 ZUM SCHLUSS

Nun **Kürbis-Gnocchi** unter die **Paprika-Ricotta-Soße** heben. Dann auf Teller verteilen, mit **Salbei-Knoblauch-Butter** beträufeln, mit **Kürbiskernen** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
rote Chili ES	1	2
Spitzpaprika ES	2	4
Zitrone ES	½ ☞	1
Knoblauchzehe ES	½ ☞	1
Salbei	5 g ☞	10 g
Kürbiskerne 15)	10 g	20 g
Kürbisgnocchi 1)	400 g	800 g
Ricotta 7)	100 g	200 g ☞

Butter* 7), Gemüsebrühe*, Öl*, Salz*, Pfeffer*

* Gut im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern]
☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO 100 g	100 g	PORTION (ca. 400 g)
Brennwert	592 kJ/141 kcal	2511 kJ/600 kcal
Fett	6 g	25 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	8 g
Kohlenhydrate	18 g	77 g
– davon Zucker	6 g	24 g
Eiweiß	4 g	16 g
Ballaststoffe	2 g	8 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

1) Gluten 7) Lactose 15) kann Spuren von Allergenen enthalten
(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien

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

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at