



Lauwarmer Gnocchi-Salat

mit Weintrauben und Feta



HELLO WEINTRAUBEN

Die kleinen runden Leckerbissen dürfen im Sommer nicht fehlen! Ob als Snack, in einem Dessert oder wie bei uns im Salat – Weintrauben schmecken nicht nur gut, sie sind auch noch richtig gesund, denn sie enthalten jede Menge sekundäre Pflanzenstoffe!



frische Gnocchi



Orange



Rucola



Basilikum



rote Weintrauben



gelbe Paprika



Balsamico-Crème



Walnüsse



Feta



20 min.



25 min.



Stufe 1



Thermomix kocht



Veggie



Zeit sparen

Mit diesem leckeren Salat stimmen wir uns auf die warmen Sommertage ein. Unseren fruchtig-aromatischen Salat kannst Du wunderbar zur nächsten Grillparty mitbringen oder am nächsten Tag als Lunch genießen. Guten Appetit bei diesem **ballaststoffreichen** Gericht.

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 kleine Schüssel**, eine **Saftpresse**, und **1 große Schüssel**. Entdecke den **lauwarmen Gnocchi-Salat**.



1 VORBEREITUNG

Walnüsse in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 5** grob zerkleinern und umfüllen. **Paprika** waschen, Kerngehäuse entfernen, **Paprikahälften** in ca. 1 cm breite Streifen schneiden und auf den Varoma-Einlegeboden legen, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitz frei bleiben.



2 VAROMA FÜLLEN

Gnocchi in den Varoma-Behälter geben, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitz frei bleiben. Varoma-Einlegeboden einsetzen, Varoma verschließen.



3 DRESSING ZUBEREITEN

Orange halbieren, 1 Hälfte auspressen, **Orangensaft** zusammen mit **Balsamico-Crème**, 10 g **Olivöl**, 1 Prise **Zucker**, **Salz** und **Pfeffer** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 3** zu einem **Dressing** vermengen. **Dressing** in eine große Schüssel umfüllen.



4 GAREN

400 g **Wasser** in den Mixtopf geben. Varoma aufsetzen und **14 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



5 SALAT FERTIGSTELLEN

Rucola grob schneiden. **Basilikumblätter** abzupfen und hacken. **Feta** mit den Händen ebenfalls grob zerkleinern. Die restliche **Orangenhälfte** schälen und **Fruchtfleisch** in Würfel schneiden.

Gnocchi, **Orangenwürfel**, **Rucola**, gehacktes **Basilikum** und **Weintrauben** zum **Dressing** in die große Schüssel geben und alles gut vermengen.



6 ANRICHTEN

Gnocchi-Salat auf Schüsseln verteilen, mit zerkleinerten **Walnüssen**, zerkleinertem **Feta** und **Paprikastreifen** toppen und genießen.

Guten Appetit!

2 PERSONEN ZUTATEN

frische Gnocchi 1)	500 g
Orange EG	1
Rucola	75 g
Basilikum	10 g
rote Weintrauben	125 g
gelbe Paprika NL	1
Balsamico-Crème 1) 12)	12 ml
Walnüsse 8) 15)	20 g
Feta 7)	100 g

Olivöl*, Zucker*, Salz*, Pfeffer*

* Gut im Haus zu haben.
 ☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.
 ! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix anpasst.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	631 kJ/151 kcal	3389 kJ/807 kcal
Fett	6 g	30 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	13 g
Kohlenhydrate	19 g	101 g
- davon Zucker	6 g	29 g
Eiweiß	6 g	29 g
Ballaststoffe	2 g	8 g
Salz	2 g	7 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 8) Walnüsse 12) Schwefeldioxid und Sulfite 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

URSPRUNGLÄNDER

EG: Ägypten, NL: Niederlande

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