

# MARLEY SPOON



## Gnocchi mit cremigem Mais,

Pilzen und getrockneten Tomaten



20-30min



2 Personen

Heute gibt es ein köstliches Gnocchi-Gericht in einer besonders cremigen Sauce aus Crème fraîche und Mais. Schon die alten Mayas, Azteken und die steinzeitlichen Indianer Mexikos konnten ohne Mais nicht leben, sie verehrten sogar sogenannte Maisgötter. Christopher Columbus brachte das leckere Korn dann 1493 nach Europa. So kamen auch wir in den Genuss des glutenfreien Getreides! Guten Appetit!

## Was du von uns bekommst

- Lauch
- Gran Biraghi Hartkäse <sup>7</sup>
- Gnocchi <sup>1</sup>
- Knoblauchzehe
- Crème fraîche <sup>7</sup>
- getrocknete Tomaten <sup>12</sup>
- Champignons
- frische Petersilie
- Mais

## Was du zu Hause benötigst

- Butter <sup>7</sup>
- Gemüsesuppenwürfel
- Pflanzenöl <sup>7</sup>
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 826.0kcal, Fett 35.7g, Eiweiß 27.1g, Kohlenhydrate 96.4g



### 1. Gemüse schneiden

**Lauch** putzen und längs halbieren, anschließend in feine Streifen schneiden. Die **Pilze** mit feuchtem Küchenpapier oder einer Pilzbürste reinigen und anschließend vierteln. Die **getrockneten Tomaten** in Streifen schneiden. **Knoblauch** schälen und fein hacken. Mittleren Topf mit 1/2TL Salz und heißem Wasser zum Kochen bringen. **Mais** in einem Sieb abtropfen lassen.



### 4. Gnocchi kochen

Sobald das Wasser im Topf kocht, die **Gnocchi** hineingeben und ca. 3-4Min. garkochen, anschließend abgießen und in einem Sieb abtropfen lassen.



### 2. Sauce kochen

Große Pfanne mit 1TL Butter mit dem **Knoblauch** mittelhoch erhitzen. Den **Lauch** hineingeben und mit 1/2TL Zucker darin 5Min. braten. **Mais** nach den 5Min. in die Pfanne geben. 1/2 Gemüsesuppenwürfel hinein bröseln und mit 50ml Wasser und der **Crème fraîche** ablöschen. Gut rühren und alles mit einer Prise Salz abschmecken. Weitere 10Min. zugedeckt leicht köcheln.



### 5. Petersilie schneiden

**Petersilie** fein hacken. **Käse** fein reiben.



### 3. Pilze braten

Inzwischen eine mittlere Pfanne hoch erhitzen. Sobald die Pfanne heiß ist, die **Pilze** und **Tomaten** darin mit 1EL Pflanzenöl ca. 4-5Min. scharf anbraten. Dann mit Salz und Pfeffer würzen.



### 6. Gnocchi mit Sauce mischen

1EL **Petersilie** und **Käse** kurz vor dem Servieren in die **Mais-Sauce** rühren. **Gnocchi** mit der **Sauce** und den **Pilzen** vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken dann auf Tellern anrichten, mit übriger **Petersilie** bestreuen.