

Bärlauch-Gnocchi mit Frischkäse-Brunnenkresse-Sauce

Mengenangaben für **4 Portionen**

Gnocchi

Zutaten:

- Mehlige Kartoffeln: 750 g
- Weizenvollkornmehl: 200 g
- Dotter: 3 Stück
- Bärlauchblätter, fein gehackt: 8 Stück
- Parmesan: 2 EL
- Salz, Muskat, Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln in der Schale kochen, schälen, ausdämpfen lassen und heiß passieren. Mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verarbeiten. Dünne Rollen (ca. 1,5 cm dick) formen und davon ca. 3 cm lange Gnocchi abstechen. Mit einer Gabel über die Gnocchi rollen und so das typische Muster einprägen. Wasser mit etwas Salz aufkochen und Gnocchi darin vorsichtig ziehen lassen bis sie an der Oberfläche schwimmen.

Sauce

Zutaten:

- Zwiebel: 1 Stück
- Rapsöl: 1 EL
- Weißwein, trocken: 125 ml
- Gemüsefond: 250 ml
- Körniger Senf: 1 EL
- Frischkäse (fettarm): 100 g
- Brunnenkresse 1 Bund
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebel hacken und in Rapsöl anlaufen lassen. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Dann mit Fond auffüllen und wieder um ein Drittel einkochen lassen. Die Hälfte der Brunnenkresse hacken und mit Senf und Frischkäse zur Sauce geben, nicht mehr kochen lassen, Sauce abschmecken. Die Gnocchi mit der Sauce auf einem Teller anrichten und mit der restlichen Brunnenkresse dekorieren.

TIPP

Für Kinder sollte anstelle des Weißweins ca. 50-60 ml Weißweinessig verwendet werden.

Nährwerte pro Portion:

Energie	Fett	Gesättigte Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiss	Ballaststoffe	Salz
462 kcal	11 g	3 g	62 g	4,4 g	17 g	7,83 g	1,6 g

Allergen(e):

A - Gluten	C - Eier	G - Milch	L - Sellerie	M - Senf