

Gnocchi-Pfanne mit würziger Tomaten-Thymian-Soße,

getoppt von angerösteten Pistazien

Klein, knackig, erfrischend Grün: Heute verfeinern Dir Pistazien Deine aromatische Gnocchi-Pfanne, und diese haben einiges zu bieten! Vollgepackt mit wertvollen, mehrfach ungesättigten Fettsäuren, Ballaststoffen sowie den Vitaminen B und E sorgen sie für einen fitten Stoffwechsel. Guten Appetit!



30 min.



Stufe 1







Kirschtomaten



Thvmia



Pistazio







Zwiebel



Champignon:

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Gnocchi 1)	500 g	1000 g
Thymian	5 Stängel	10 Stängel
Parmesan 7)	20 g	40 g
Zwiebel	1/2 🕀	1
weiße Champignons	200 g	400 g
Pistazien 8) 15)	10 g	20 g
Kirschtomaten	1 Dose	2 Dosen

Gut im Haus zu haben (bei 4 Personen Mengen verdoppeln)
Salz, Butter 7), Öl, Pfeffer, Zucker
Was zum Kochen gebraucht wird

großer Topf, Sieb, Gemüsereibe, große Pfanne, Küchenpapier

Uerwende den Rest anderseitig.

Allergene

- 1) Gluten 7) Lactose
- 8) Schalenfrüchte
- 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

Durchschnittliche Nährwerte pro Portion

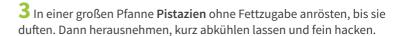
Kalorien: 663 kcal Kohlenhydrate: 94 g Fett: 22 g, Eiweiß: 20 g Ballaststoffe: 7 g

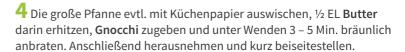


Vorbereitung: Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen. Wasserkocher füllen und anschalten. **Gemüse** und **Kräuter** waschen und putzen.

- Reichlich kochendes Wasser in einen großen Topf geben, salzen, aufkochen lassen, Gnocchi hineingeben und ca. 30 Sek. garen, danach in ein Sieb abgießen und mit kalten Wasser abschrecken.
- 2 Thymian trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob hacken.

 Parmesan fein reiben. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Champignons in dünne Scheiben schneiden.







5 Die große Pfanne bei Bedarf erneut auswischen, 1 EL Öl darin erhitzen, Zwiebelwürfel hineingeben und 2 − 3 Min. glasig andünsten. Champignonscheiben zufügen und mitbraten, bis sie ein wenig Flüssigkeit abgeben. Dann mit Kirschtomaten ablöschen und je ¾ des Parmesans und Thymians unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken, Temperatur reduzieren und 5 − 8 Min. weiterköcheln lassen. Danach Gnocchi zufügen und alles noch einmal kurz erhitzen.



6 Gnocchi-Pfanne auf Teller verteilen, mit restlichem **Parmesan**, **Thymian** und gerösteten **Pistazien** bestreuen und genießen.