



KÜRBISGNOCCHI IN PAPRIKASOSSE,

verfeinert mit Salbeibutter und Kürbiskernen



HELLO SALBEI

Nicht nur lecker, sondern auch schön anzusehen! Salbeipflanzen entwickeln weiße, pinke oder violette Blüten, die aussehen wie die von Lavendel.



roter Chili



rote Paprika



Zitrone



Knoblauchzehe



Salbei



Kürbiskerne



Kürbisgnocchi



Crème fraîche



25 Minuten

Stufe 1

Neuentdeckung Veggie

Zeit sparen

Mhmm ... Die Kombination aus deftig, cremig und nussig – mit leichtem Schärfekick – geht einfach immer! Darum haben wir Dir sowohl **ballaststoffreiche** Kürbisgnocchi als auch nussige Kürbiskerne mitgebracht. Für etwas mehr Pepp sorgt die schnell zubereitete Paprikasauce, die die Balance zwischen leicht **scharf** und herrlich cremig perfekt hält. Und als klassisches „Sahnehäubchen“ gibt es selbst gemachte Salbeibutter. Schnell, einfach und einfach genial!

Wasche **Obst**, **Gemüse** und **Kräuter** ab. Zum Kochen benötigst Du **1 große Pfanne**, **1 kleine Schüssel** und eine **Gemüsereibe**.



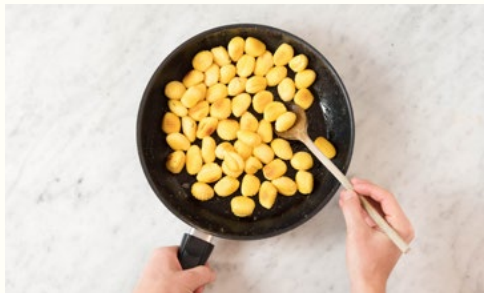
1 ZU BEGINN

Erhitze **100 ml** [150 ml|200 ml] Wasser im **Wasserkocher**.

Chili längs halbieren, entkernen und **Chilihälften** in feine Ringe schneiden.

Rote Paprika halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Schale der **Zitrone** fein abreiben. Anschließend **Zitrone** halbieren und entsaften.



4 GNOCCHI ANBRATEN

Kürbisgnocchi mit **Butter*** in die große Pfanne geben.

Rundherum 3 – 5 Min. goldbraun anbraten, dabei mehrfach wenden.

Gnocchi aus der Pfanne nehmen und kurz beiseitestellen.



2 NOCH MEHR SCHNEIDEN

Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden.

Salbeiblätter abzupfen und längs in dünne Streifen schneiden.

KÜRBISKERNE RÖSTEN

In einer großen Pfanne **Kürbiskerne** ohne Zugabe von Fett anrösten, bis sie duften.

Anschließend aus der Pfanne nehmen.



5 PAPRIKASOSSE ZUBEREITEN

Heiße **Gemüsebrühe*** vorbereiten. In der großen Pfanne **Öl*** erhitzen und **Paprikawürfel** und **Chiliringe** (scharf!) darin 3 – 5 Min. anbraten.

Vorbereitete **Gemüsebrühe**, **Crème fraîche**, **Zitronensaft**, etwas **Zitronenabrieb**, ein wenig **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und alles gut vermischen.



3 FÜR DIE SALBEIBUTTER

In der großen Pfanne **Butter*** erhitzen, **Knoblauchscheiben** und **Salbeistreifen** darin 1 – 2 Min anbraten.

Anschließend **Salbei-Knoblauch-Butter** in eine kleine Schüssel umfüllen.



6 ANRICHTEN

Gnocchi unter die **Soße** heben und nochmals aufwärmen.

Kürbisgnocchi in **Paprikasoße** auf Teller verteilen, mit **Salbei-Knoblauch-Butter** beträufeln, mit **Kürbiskernen** bestreuen und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
roter Chili ES NL BE	1	1½	2
rote Paprika NL BE	2	3	4
Zitrone ES	½	¾	1
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Salbei	5 g	7,5 g	10 g
Kürbiskerne 15)	10 g	20 g	20 g
Kürbisgnocchi 1) 12) 15)	400 g	600 g	800 g
Crème fraîche 7)	150 g	300 g	300 g
Butter* 7)	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 EL
Gemüsebrühe*	100 ml	150 ml	200 ml
Öl*	½ EL	¾ EL	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	494 kJ/119 kcal	3244 kJ/778 kcal
Fett	7 g	45 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	24 g
Kohlenhydrate	13 g	81 g
– davon Zucker	5 g	29 g
Eiweiß	2 g	13 g
Ballaststoffe	2 g	11 g
Salz	1 g	5 g

ALLERGENE

1) Weizen **7)** Milch **12)** Schwefeldioxid und Sulfite

15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

URSPRUNGSLÄNDER

BE: Belgien, **ES:** Spanien, **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) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!