

KARL MAYER Gesundheitszentrum

Rezept des Monats Dezember 2020

Gnocchi mit Spinat-Sahne Soße

Für 2 Personen

1 Packung Gnocchi aus
Kühlregal
150g Spinat (tk oder frisch)
¼ Becher Sahne
25g Walnüsse
1 kleine Knoblauchzehe
10g Butter
Salz, Pfeffer, Muskat, Prise
Zucker



1. Die Gnocchi in Salzwasser kochen. In der Zwischenzeit Spinat in Salzwasser blanchieren.
2. Die Walnüsse in einer trockenen Pfanne kurz rösten und aus der Pfanne nehmen.
3. Gnocchi abgießen und gemeinsam mit dem gepressten Knoblauch in Butter anbraten. Mit Sahne ablöschen.
4. Den Spinat und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Zucker abschmecken.



Arbeitszeit ca. 10 Minuten
Koch-/Backzeit ca. 20 Minuten
Gesamtzeit ca. 30 Minuten