

Gnocchi mit Gemüse in Rahmsauce

Einfache Gnocchi mit Gemüse in Rahmsauce

Bei unserem letzten Lidl Besuch hatte ich ein paar fertige Gnocchi aus dem Kühlregal mitgenommen und deshalb gibt es heute mal wieder ein einfaches Gnocchi Rezept. Ich mag die fertigen Gnocchi aus dem Supermarkt. Damit kann man wirklich viele tolle Rezepte kreieren, oder sie einfach nur als Beilage nutzen. Diesmal habe ich die Gnocchi zusammen mit Lauch, Karotten, Schinken und einer cremigen Sahnesauce zubereitet. Das war total lecker und ein echter Sattmacher.

Für die Sauce habe ich Kochsahne verwendet. Diese hat deutlich weniger Kalorien als normale Sahne und schmeckt meiner Meinung nach, nicht anders. Anstelle der Kochsahne könnt ihr aber auch einfach ganz normale Sahne verwenden. Statt Lauch und Karotten könnt ihr natürlich auch jegliches andere Gemüse verwenden.

Leckere Gnocchi mit Lauch, Karotten & Schinken in sahniger

Sauce

Für die Gnocchi in Rahmsauce zuerst den gekochten Schinken in kleine Würfel schneiden. Lauch Putzen und in Ringe schneiden. Karotte schälen und in dünne Scheiben schneiden. Das Öl in einer Pfanne, oder einem Topf erhitzen. Lauch, Karotten und die Schinkenwürfel dazu geben und für kurze Zeit anbraten.

Mit der Brühe ablöschen, die Kochsahne dazu geben und alles gut miteinander verrühren. Die Gnocchi dazu tun, einmal gut durchrühren und für etwa 3-5 Minuten sanft köcheln lassen. Mit Chiliflocken, Zwiebelpulver, Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen und genießen.

□

□

WEITERE REZEPT-IDEEN FÜR KARTOFFEL-GERICHTE



Roasted Potatoe Salad



Gnocchi mit Gemüse in Rahmsauce



Pellkartoffeln mit Joghurt



Kartoffelsalat mit Mayonnaise & Ei



Kartoffelpuffer



Gnocchi Gemüsepfanne mit Hähnchen



Kartoffel-Karotten-Puffer



Backfisch mit Kartoffelsalat & Remoulade

KALORIENARME REZEPTE

150 leckere Ideen unter 500 Kalorien für Fast Food, Snacks & Zwischenmahlzeiten



[mehr Infos zum Buch](#)

DAS KÖNNTE DICH AUCH INTERESSIEREN



Beef Bulgogi



Meatballs Tikka Masala



Glasnudelsalat



Japanisches Curry



Ramen mit Hähnchen



Chicken Tikka Masala



Korean Fried Chicken



Hähnchen mit Gemüse & Basmati Reis
