

Grundrezept: Gnocchi

Zutaten	So geht´s
1 kg Kartoffeln	... schälen, klein schneiden und weich kochen. Abgießen und durch eine Kartoffelpresse drücken oder fein stampfen. Du kannst auch Pellkartoffeln kochen, pellen, durchpressen.
150 g Speisestärke 100 g Hafervollkornmehl 1 TL Salz Muskatnuss, gerieben Pfeffer	... vermischen und auf die Kartoffelmasse geben.
2 kleine oder 1 großes Ei	... alle Zutaten gründlich zu einer homogenen Masse vermengen. Das geht am Besten mit den Händen. Die Kartoffelmasse kräftig abschmecken.
	Die Arbeitsfläche mit Stärke oder Hafermehl bestäuben.
	Den Teig in kleine Portionen teilen und zu Rollen formen. Mit Teigkarte oder Messer in Scheiben schneiden. Die Scheiben mit einer Gabel eindrücken und auf bemehlten Tellern oder einem Blech platzieren.
	Zwischendurch schon Wasser (Salz wie bei Nudelwasser) zum Kochen bringen.
	Die Gnocchi portionsweise hineingeben. 2 - 3 Minuten sanft köcheln, dann mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und in einem Sieb abtropfen lassen.



Einfach gemacht, sehr lecker, sättigend und in vielen Variationen zuzubereiten. Ich wünsche dir viel Spaß beim Zubereiten und guten Appetit. Elke :-)

Notizen: