



Gnocchi

Beilage • Kartoffelgerichte
R.Warna

Portionsgröße: 4 Portionen | **Arbeitszeit:** 1 Std.

Zutaten

750 gmehligkochende Kartoffeln
1Ei
wenig Salz
Muskatnuss
180 - 200 g Mehl

Nährwertangaben

Menge pro Portion
Kalorien: 293
Fette gesamt: 2g
Kohlenhydrate gesamt: 58g
Eiweiß: 9g

Zubereitung

1. Kartoffeln im Dampfkochtopf 6-10 Minuten weich kochen. Noch heiss schälen und durch das Passe-vite treiben. Restliche Zutaten daruntermischen. Bei Bedarf noch so viel Mehl beifügen, bis der Teig nicht mehr an den Händen klebt.
2. Masse auf wenig Mehl zu daumendicken Rollen formen, diese in 2 cm lange Stücke schneiden. Nach Belieben mit dem Daumen über eine Gabel rollen, so dass auf der einen Seite ein Rillenmuster und auf der anderen Seite eine Delle entsteht. Auf ein bemehltes Küchentuch legen.
3. Gnocchi portionenweise in reichlich Salzwasser 5 Minuten ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen und warm stellen.