



Gnocchi mit Rahmkarotten und Schinken

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Schwarzwälder Schinken 200 g

Petersilie, frisch 20 g

Karotten 6 St.

Olivenöl 2 EL

Pfeffer, schwarz

Wasser 75 ml

Zwiebeln, rot 1 St.

Butter 1 EL

Gnocchi, frisch 500 g

Frischkäse, natur 200 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlerer Topf mit Deckel, großer Topf mit Deckel, große Pfanne mit Deckel, Küchenkrepp

1. In einem Topf ca. 3–4 l Salzwasser aufkochen. In einer Pfanne Schinken fettfrei auf mittlerer Stufe ca. 4–5 Min. kross anbraten. Danach auf Küchenkrepp beiseitelegen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken.
2. Karotten waschen, schälen, Enden entfernen und schräg in ca. 0,5 cm dünne Stücke schneiden. In einem Topf 1 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und Karotten darin ca. 2 Min. anschwitzen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, Wasser zugeben und Karotten auf mittlerer Stufe zugedeckt ca. 10 Min. garen.
3. Zwiebeln schälen, vierteln und die Schichten voneinander lösen. In der Pfanne 1 EL Olivenöl und 1 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebeln darin mit geschlossenem Deckel ca. 10 Min. weich schmoren. Hin und wieder umrühren und darauf achten, dass die Zwiebeln nicht ansetzen.
4. Gnocchi im heißen Salzwasser ca. 4 Min. garen. Sobald die Gnocchi an der Oberfläche schwimmen, sind sie gar und können abgossen werden. Gnocchi und Frischkäse zu den Karotten geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Gnocchi mit Rahmkarotten auf Tellern anrichten, Schinken und Schmorzwiebeln dazugeben und servieren.

Guten Appetit

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 505 kcal

Kohlenhydrate 62 g

Eiweiß 24 g

Ballaststoffe 8 g

Fette 18 g
