



Gnocchi mit Rahmkarotten und Schinken

Zeit gesamt
30minZubereitungszeit
30minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Schwarzwälder Schinken	200 g
Petersilie, frisch	20 g
Karotten	6 St.
Olivenöl	2 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
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, Küchenpapier

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 abgegossen 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