



Rote Bete-Gnocchi mit Walnusspesto

 Dauer
50 min.

 Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk	1 kg
Salz	
Petersilie, frisch	60 g
Knoblauchzehen	1 St.
Walnüsse	4 Esslöffel
Olivenöl	5 Esslöffel
Parmesan	80 g
Pfeffer, schwarz	
Eier	1 St.
Rote Bete im Glas, Scheiben	50 g
Weizenmehl, Type 405	150 g
Weichweizengrieß	50 g
Butter	4 Esslöffel

Zubereitung

Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und zugedeckt ca. 15–20 Min. weich garen.

Petersilie waschen, trocken schütteln und grobe Stiele entfernen. Knoblauch schälen und grob hacken. In einer Pfanne Walnüsse auf mittlerer Stufe fettfrei ca. 2 Min. rösten. In einem hohen Gefäß Petersilie, Knoblauch und Walnüsse mit Olivenöl und Parmesan pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ei trennen. Rote Bete würfeln und in einem hohen Gefäß fein pürieren. Kartoffeln abgießen, in eine Schüssel geben und mithilfe einer Kartoffelpresse, Kartoffelstampfer oder Handrührer mit Knethacken fein pressen. Rote Bete, Mehl, Grieß und Eigelb in die Schüssel geben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten (ggf. noch etwas Mehl zugeben). Mit Salz und Pfeffer würzen.

Kartoffelkochtopf auswischen und darin ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Teig in 3 Portionen teilen und jeweils auf einer bemehlten Oberfläche zu ca. 2 cm dicken Rollen formen. In 2 cm dicke Stücke schneiden und mit einer in Mehl getauchten Gabel leicht flach drücken.

Gnocchi portionsweise im siedendem Salzwasser ca. 4–5 Min. garen, bis sie an die Oberfläche steigen (das Wasser soll dabei nicht sprudelnd kochen). Gnocchi mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen und in einem Sieb abtropfen lassen.

In der Pfanne Butter auf hoher Stufe erhitzen und Gnocchi vorsichtig ca. 3 Min. goldbraun braten. Mit Walnusspesto vermengen und auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	820 kcal		
Kohlenhydrate	86 g	Ballaststoff	8 g
Eiweiß	24 g	Fette	44 g