



Rote-Bete-Gnocchi mit Walnusspesto



Zeit gesamt
50min

Zubereitungszeit
50min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	
Petersilie, frisch	60 g
Knoblauchzehen	1 St.
Walnüsse	4 EL
Olivenöl	5 EL
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 EL

Zubereitung

🔪 Küchenutensilien

große Schüssel, hohes Gefäß, großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb, Schaumlöffel, Kartoffelstampfer, Pürierstab

1. Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und zugedeckt ca. 15–20 Min. weich garen.
2. 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.
3. Ei trennen, Eiweiß anderweitig verwenden. Rote Bete würfeln und in einem hohen Gefäß fein pürieren. Kartoffeln abgießen, in eine Schüssel geben und mithilfe einer Kartoffelpresse, eines Kartoffelstampfers oder Handrührers 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.
4. 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.
5. 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.

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

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	697 kcal		
Kohlenhydrate	81 g	Ballaststoffe	6 g
Eiweiß	22 g	Fette	31 g