Überbackene Gnocchi in Kürbissauce

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Hokkaidokürbis	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Rosmarin, frisch	5 g
Olivenöl	4 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Kürbiskerne	4 EL
Butter	4 EL
Gnocchi, frisch	800 g
Frischkäse, natur	150 g
Milch	150 ml
Parmesan, gerieben	100 g

Zubereitung

Küchenutensilien

hohes Gefäß, große Pfanne, große Auflaufform, Backblech mit Backpapier, Pürierstab

1. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kürbis waschen, halbieren, Kerne mit einem Löffel herauskratzen und Kürbis grob würfeln. Knoblauch schälen und mit einem Messerrücken andrücken. Rosmarin waschen und trocken schütteln.

2. Kürbis, Knoblauch und Rosmarin auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Mit Olivenöl vermengen, salzen, pfeffern und im Ofen ca. 20 Min. backen.

3. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Kürbiskerne darin ca. 2 Min. fettfrei rösten. Kürbiskerne abkühlen lassen und grob hacken. Pfanne erneut mit Butter auf hoher Stufe erhitzen. Gnocchi darin ca. 5 Min. goldbraun anbraten, leicht salzen.

4. Kürbis aus dem Ofen nehmen und zwei Drittel davon in ein hohes Gefäß geben. Frischkäse und Milch zugeben und Kürbissauce fein pürieren. Würzig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. In einer Auflaufform Kürbissauce und gebackene Kürbiswürfel mit gebratenen Gnocchi vermengen und mit Parmesan bestreuen. Im Ofen ca. 5 Min. überbacken und mit Kürbiskernen bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	737 kcal
Kohlenhydrate	93 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	31 g