







Rote-Beete-Gnocchi mit Walnusspesto

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

Vegan **Klimaheld** Thermomix kocht • 883 kcal • Tag 3 kochen

32



-  Rote Beete Gnocchi
-  Rucola
-  Walnüsse
-  Soja Kochcrème
-  Hefeflocken
-  Knoblauchzehe
-  Gewürzmischung „Hello Muskat“
-  Kirschtomaten
-  Salbei
-  Ofenkartoffel



- Ohne künstliche Farbstoffe
 - Ohne künstliche Aromen
 - Ohne hinzugefügte Glutamate

thermomix
 ⏱ 25 [25 | 30] Min. ⌚ 35 [35 | 40] Min.

Gut im Haus zu haben
 Salz*, Pfeffer*, Olivenöl*, Wasser*, Zucker*, Weißweinessig*, pflanzliche Margarine*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Pfanne und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rote Beete Gnocchi 15)	400 g	600 g	800 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Walnüsse 24)	40 g	60 g	80 g
Soja Kochcrème 11)	125 ml**	190 ml**	250 ml
Hefeflocken	5 g	7,5 g**	10 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Gewürzmischung „Hello Muskat“ 10)	5 g	7,5 g**	10 g
Kirschtomaten	250 g	375 g	500 g
Salbei	10 g	10 g	10 g
Ofenkartoffel DE ES NL BE FR EG MA MT IL PT CY	1	2	2
Olivenöl*, Pflanzliche Margarine*, Zucker*, Weißweinessig*, Wasser* Salz*, Pfeffer*	Angaben im Text nach Geschmack		

*Gut, im Haus zu haben
**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 580 g)
Brennwert	638 kJ/152 kcal	3695 kJ/883 kcal
Fett	7,68 g	44,51 g
– davon ges. Fettsäuren	1,02 g	5,91 g
Kohlenhydrate	17,49 g	101,33 g
– davon Zucker	1,34 g	7,77 g
Eiweiß	2,86 g	16,55 g
Salz	0,823 g	4,769 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 10) Sellerie 11) Soja 15) Weizen 24) Walnüsse

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland ES: Spanien FR: Frankreich NL: Niederlande BE: Belgien EG: Ägypten MA: Marokko MT: Malta IL: Israel PT: Portugal CY: Zypern



Für das Pesto

Knoblauch abziehen.

In einer großen Pfanne ohne weitere Fettzugabe **Walnüsse** für 1 – 2 Min. anrösten, bis sie anfangen zu duften und in den Mixtopf geben.

Knoblauch, Hefeflocken, die Hälfte des **Rucola**, 10 g [15 g | 20 g] **Olivenöl***, 1 g [15 g | 20 g] **Wasser***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Essig*** zugeben und **10 Sek./Stufe 8** pürieren. Mit dem Spatel nach unten schieben und nochmal **10 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

Pesto in eine kleine Schüssel umfüllen und mit **Salz***, **Pfeffer*** und 1 Prise **Zucker*** abschmecken.



Gnocchis und Kartoffeln rösten

1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** in der großen Pfanne aus Schritt 1 erhitzen. **Kartoffelwürfel, Gnocchi** und **Kirschtomaten** in die Pfanne geben und 4 – 5 Min. anrösten.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



Kartoffel garen

Gnocchi in den Varoma-Behälter geben, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitz freibleiben. Varoma verschließen.

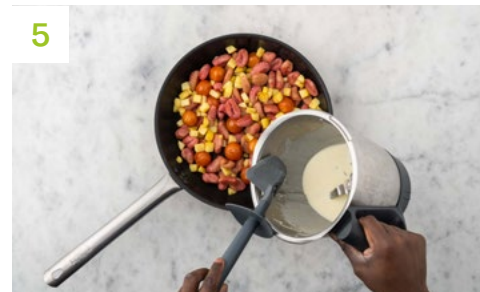
Kartoffel schälen, in 1 cm große Würfel schneiden und in den Gareinsatz geben.

400 g **Wasser*** in den Mixtopf geben, Gareinsatz einsetzen, Varoma aufsetzen und **12 Min./Varoma/ Stufe 1** garen.

Währenddessen Blätter vom **Salbei** abzupfen.

Nach der Kartoffelgarzeit, Varoma abnehmen und Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen.

Mixtopf leeren.



Fertigstellen

Soße aus dem Mixtopf zu den **Gnocchi** und **Kartoffeln** in die Pfanne geben und alles gut vermengen.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

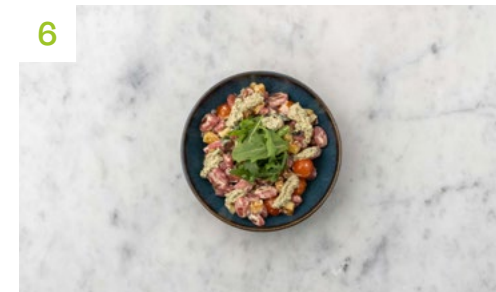


Für die Soße

10 g [15 g | 20 g] pflanzliche **Margarine*** und **Salbeiblätter** in den Mixtopf geben und **4 Min./120 °C/ Stufe 1** dünsten.

Die Hälfte [drei Viertel | alles] der **Soja Kochcrème**, **Gewürzmischung „Hello Muskat“**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **5 Min./98 °C/ Stufe 1** kochen lassen.

Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



Anrichten

Gnocchi mit **Soße** auf Tellern verteilen.

Restlichen **Rucola** darauf anrichten und mit **Walnuss Pesto** garnieren.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

