

Chefkoch Ramon Waser empfiehlt:

Mediterrane Gnocchi



mehr Kochtipps:

lifechannel.ch/koch Tipp

(c) micheile dot com/Unsplash

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen, schälen und in 3 cm grosse Würfel schneiden
2. Schalotten fein schneiden
3. Zucchini, Auberginen und Peperoni in gleichmässige Würfel schneiden
4. Cherry-Tomaten halbieren
5. Oliven in Ringe schneiden
6. Kartoffeln ca. 12 Minuten in kochendem Salzwasser kochen
7. In einer grossen beschichteten Pfanne Schalotten mit etwas Olivenöl dünsten
8. Nach 1 bis 2 Minuten restliches Gemüse – ohne Oliven und Kapern – begeben
9. Gemüse auf höherer Stufe anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Zutaten

400 g	Kartoffeln Typ C (mehligkochend)
50 g	Mehl
½ Bund	Thymian
10 g	Schalotten
20 g	Zucchini
20 g	Aubergine
20 g	Peperoni
20 g	Cherry-Tomaten
10 g	Oliven schwarz
10 g	Kapern
2 EL	Zitronensaft
50 g	Parmesan

Life Channel

www.lifechannel.ch

- 10.** Sobald Kartoffeln weich sind, Wasser abgiessen
- 11.** Kartoffeln kurz ausdampfen lassen
- 12.** Kartoffeln zurück in den Topf geben und zerstampfen
- 13.** Mit Salz und Pfeffer abschmecken
- 14.** Masse auf Arbeitsfläche stürzen und mit Mehl vermengen
- 15.** Topf mit frischem Salzwasser zum Kochen bringen
- 16.** Teig in 24 Stücke teilen und zu Gnocchi formen
- 17.** Im kochendem Wasser 1 bis 2 Minuten garen, bis sie oben aufschwimmen
- 18.** Jetzt Oliven und Kapern zum Gemüse geben und alles gut vermischen
- 19.** Sobald Gnocchi fertig sind, auch zum Gemüse geben, mit Zitronensaft beträufeln und alles vermengen
- 20.** Mit etwas Parmesan und Thymian ausgarnieren und servieren