

Gnocchi-Pfanne mit Süßkartoffeln

Materialkosten pro Person: 1,50€

Für 4 Personen:

Zutaten:

- 500g Süßkartoffeln
- 600g Gnocchi
- 1 Knoblauchzehe
- 500ml Gemüsebrühe
- 200g Frischkäse
- 3TL Kokosöl

Rezept:

1. Schäle die Süßkartoffeln und schneide sie in Würfel. Schäle die Knoblauchzehe.
2. Erhitze in einer großen Pfanne 1TL Kokosöl, gib die Süßkartoffeln hinein und presse den Knoblauch dazu. Brate alles 5 Minuten an.
3. Gieße die Gemüsebrühe dazu und rühre den Frischkäse unter.
4. Brate die Gnocchi in 2TL Kokosöl an und mische sie unter die Süßkartoffelpfanne.
5. Serviere die Gnocchi-Pfanne mit Süßkartoffeln, je nach Geschmack getoppt mit gehackter Petersilie und/oder Granatapfelkernen.

Fazit:

Sehr lecker. Kinder können gut beim Schnippeln und Anbraten helfen. Beim Gemüse könnt ihr auch Hokkaidokürbis nehmen.