

Gnocchi-Salat mit selbst gemachtem Caesar Dressing dazu marinierte, gebackene Kirschtomaten

Vegetarisch Family unter 650 Kalorien 30 – 40 Minuten • 585 kcal • Tag 3 kochen

17



Knoblauchzehe



Mayonnaise



geriebener Hartkäse



Sahnejoghurt



Salatherz (Romana)



Kirschtomaten



Worcester Sauce



frische Gnocchi



Schnittlauch



Zitrone, gewachst



mittelscharfer Senf



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

Gut im Haus zu haben

Öl*, Pfeffer*, Salz*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne,
1 hohes Rührgefäß, 1 Knoblauchpresse, 1 Pürierstab und
1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Knoblauchzehe	1	1	2
Mayonnaise 8 9)	17 ml	34 ml	34 ml
geriebener Hartkäse 7 8)	60 g	100 g	120 g
Sahnejoghurt 7)	75 g	100 g	150 g
Salatherz (Romana) DE	2	3	4
Kirschtomaten	250 g	375 g	500 g
Worcester Sauce	4 ml**	6 ml**	8 ml
frische Gnocchi 15)	400 g	600 g	800 g
Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Zitrone, gewachst UY RS ES AR TR	1	1	1
mittelscharfer Senf 9)	5 ml**	7,5 ml**	10 ml
Öl*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	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. 610 g)
Brennwert	402 kJ/96 kcal	2448 kJ/585 kcal
Fett	5,08 g	30,92 g
– davon ges. Fettsäuren	1,69 g	10,27 g
Kohlenhydrate	8,84 g	53,82 g
– davon Zucker	2,10 g	12,79 g
Eiweiß	3,10 g	18,86 g
Salz	0,751 g	4,567 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: **7** Milch (einschließlich Laktose) **8** | **Eier 9**) Senf **15**) Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **UY:** Uruguay **RS:** Serbien **ES:** Spanien **AR:** Argentinien **TR:** Türkei



Zu Beginn

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor. **Knoblauch** abziehen.

Kirschtomaten in eine große Schüssel geben, Hälfte des **Knoblauchs** dazupressen und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** und 1 Prise **Salz*** vermischen.

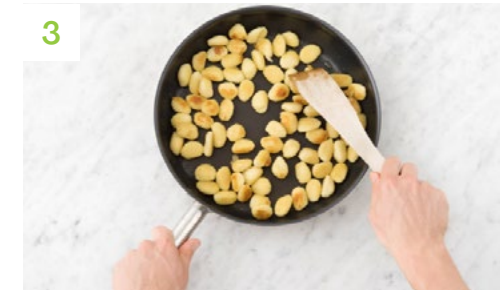
Tipp: Wenn Du keinen rohen Knoblauch magst, verwende den ganzen Knoblauch für die Kirschtomaten.



Tomaten backen

Kirschtomaten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im Ofen für 12 Min. backen, bis sie aufgeplatzt und etwas weicher sind.

Schüssel für Schritt 3 aufbewahren und mit dem Rezept fortfahren.



Gnocchi braten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 5 – 8 Min. anbraten, gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind. **Gnocchi** in die große Schüssel umfüllen, kurz beiseitestellen und etwas abkühlen lassen.



Für das Dressing

Zitrone in 6 Spalten schneiden.

In einem hohen Rührgefäß 40 g [60 g | 80 g] geriebenen **Hartkäse**, **Mayonnaise**, **Sahnejoghurt**, die Hälfte [drei Viertel | alles] vom **Senf**, die Hälfte [drei Viertel | alles] von der **Worcester Sauce** und restlichen **Knoblauch** mit einem Pürierstab fein pürieren. Danach mit **Saft** aus 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte**, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Für den Salat

Salatherz halbieren, Strunk entfernen und **Salatherz** in breite Streifen schneiden.

Salatstreifen in die große Schüssel zu den **Gnocchi** geben und mit dem **Dressing** vermengen.

Schnittlauch in feine **Röllchen** schneiden.



Anrichten

Salat in Schüsseln anrichten und mit **Kirschtomaten** und etwas **Tomatenfond** vom Blech toppen. **Salat** mit dem restlichen **Hartkäse** und **Schnittlauchröllchen** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in Deiner Box fehlt!

