

Gnocchi-Pfanne mit Rote Bete BBQ Sauce

10/23



Liebe Köch*innen,

gute Gnocchi sind eine schöne Sache. Wenn ich gerade keine Zeit und Muße habe, sie selbst zu produzieren, kaufe ich auch gerne Fertige. Da gibt es qualitativ große Unterschiede, aber die Bio Gnocchi aus unserem Sortiment spielen auf jeden Fall in der Premium Liga! Mit guter Butter, Brokkoli, Kirschtomaten und Bergkäse wird daraus ein leckeres Pfannengericht, das im Handumdrehen für gute Laune und Sättigung sorgt. Nicht nur, um rasch gutes Essen auf den Tisch zu bringen, sondern auch, weil es einfach lecker ist.

Einen guten Appetit
wünscht Stefan Herbolzheimer



Zutaten (für 4 Personen):

- 400 g Gnocchi (oder ähnliche Teigwaren)
- 1 kleiner oder halber Kopf Brokkoli – in Röschen, etwa eine Hand voll
- ½ Zwiebel – in Würfeln
- eine Hand voll Kirschtomaten
- 100 g Butter
- 120 g Bergkäse gerieben
- Salz und Pfeffer, wer mag 1 TL Kümmel

Rote Bete BBQ Sauce

- 4 Rote Bete Knollen, geschält und grob gewürfelt (zwei Hand voll)
- 1 rote Zwiebel, grob gewürfelt
- 3 EL Olivenöl
- 150 ml Himbeeressig
- 250 ml Wasser
- 1 Flasche Byodo Barbecue Sauce
- 1 TL Salz
- 1 EL Zucker

Zubereitung:

Die Gnocchi unter Schwenken in einer großen Pfanne mit der Hälfte der Butter braten, bis sie rundum goldgelb sind, etwas Salz und Pfeffer dazu, aus der Pfanne nehmen. Zwiebeln und, wer mag, Kümmel, in derselben Pfanne mit der restlichen Butter anbraten, Brokkoli hinzufügen, etwas Farbe geben lassen. Dann die Kirschtomaten im Ganzen dazu geben und sobald sie anfangen aufzuplatzen die Gnocchi und den geriebenen Käse dazu geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, durchschwenken, fertig!

Bei einer Größeren Menge werden nach und nach mehrere Pfannen Gnocchi und Gemüse separat gebraten und in einer großen Schüssel vermischt. Hier den Käse am Ende unterheben und im Ofen in einer feuerfesten Form oder auf einem Backblech mit Backpapier nochmal heiß machen. So wird auch der große Tisch satt.

Rote Bete BBQ Sauce:

Rote Bete mit Zwiebeln in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen, Salz und Zucker hinzufügen und nochmal 5 Min. unter gelegentlichem rühren andünsten. Himbeeressig hinzugeben und 5 Min. einkochen lassen. Wasser hinzufügen, Deckel auf den Topf und etwa 30 Min. bei niedriger Hitze weichkochen. BBQ Sauce dazu geben und nochmals durchkochen. Alles in einem Standmixer fein pürieren. Bei Bedarf etwas Wasser nachgeben (vorsichtig und spritzfrei arbeiten, Rote Bete macht Flecken, ich spreche aus Erfahrung ;-)).