

Sommer-Gnocchi mit Brätkügel

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

leicht

1 Esslöffel Öl

500 g Kartoffel-Gnocchi
(z. B. Naturaplan Bio Gnocchi di patate)

200 g Brätkügel

250 g Cherry-Tomaten

2 gelbe Peperoni, in Stücken

2 Zucchini, in Scheiben

1 Esslöffel Rosmarin,
fein geschnitten

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

1. Öl im Wok oder in einer weiten beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Gnocchi und Brätkügel bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. rührbraten. Herausnehmen, zugedeckt beiseite stellen.

2. Evtl. wenig Öl in dieselbe Pfanne geben, Gemüse bei mittlerer Hitze ca. 7 Min. andämpfen. Beiseite gestellte Gnocchi, Brätkügel und Rosmarin begeben, nur noch heiss werden lassen, würzen.

Pro Person: 17 g Fett, 12 g Eiweiss,
44 g Kohlenhydrate, 1597 kJ (382 kcal)

