

Bärlauch-Gnocchi an Zitronenrahmsauce



Vor- und zubereiten: ca. 1½ Std.

800 g Gschwellti (mehlig kochende Sorte), frisch gekocht, heiss geschält

200 g Mehl

50 g Bärlauchblätter, grob geschnitten

100 g Ricotta

1 frisches Ei

¼ TL Muskat

1 TL Salz

Salzwasser, siedend

½ EL Olivenöl

1 EL Butter

1 Schalotte, fein gehackt

1 Bio-Zitrone, abgeriebene Schale und ganzer Saft

2 dl Saucen-Halbrahm

2 EL Parmesan, gerieben

Salz, Pfeffer nach Bedarf

Öl zum Frittieren

20 g Bärlauchblätter

1. Kartoffeln durchs Passe-vite in eine Schüssel treiben, etwas abkühlen. Mehl begeben, mischen. Bärlauch mit dem Ricotta und dem Ei pürieren, begeben, würzen, von Hand mischen. Die Masse sollte noch feucht sein, aber nicht mehr an den Händen kleben, evtl. etwas Mehl begeben.
2. Masse auf wenig Mehl zu 4 Rollen von je ca. 2 cm Ø formen. Rollen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden, diese mit dem Daumen über die Zinken einer Gabel rollen, sodass ein Rillenmuster entsteht. Gnocchi auf ein bemehltes Tuch legen.
3. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Schüssel und Teller vorwärmen.
4. Gnocchi portionenweise im leicht siedenden Salzwasser ca. 6 Min. ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen, Öl begeben, warm stellen.

5. Zitronensauce: Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotte andämpfen, Zitronenschale, -saft und Rahm dazugießen, ca. 10 Min. köcheln. Käse darunterühren, würzen.

6. Frittierte Bärlauchblätter (Garnitur): Eine kleine Pfanne ca. 3 cm hoch mit Öl füllen, auf ca. 175 Grad erhitzen. Bärlauchblätter portionenweise mit einer Schaumkelle hineingeben, ca. 10 Sek. frittieren, herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen.

7. Gnocchi auf den Tellern verteilen, Zitronensauce darüberträufeln, mit den Bärlauchblättern garnieren.

Portion: 550kcal, F 26g, Kh 61g, E 15g

VEGI

Film auf:
videos.bettybossi.ch

