



Cashew-Gnocchi mit Tomaten und Rucola

Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🍲 25min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Cashewkerne	25 g
Knoblauchzehen	1 St.
Cherrytomaten	500 g
Rucola	50 g
Salz	1 EL
Öl	4 EL
Oregano, getrocknet	5 g
Gnocchi, frisch	800 g
Pfeffer, schwarz	
Zucker	

Zubereitung

1. Cashewkerne sehr fein hacken. Knoblauch schälen und klein hacken. Tomaten waschen und halbieren. Rucola waschen, trocken schleudern und grob zerkleinern.
2. In einem Topf ca. 2 l Salzwasser zum Kochen bringen. Eine Pfanne fettfrei auf hoher Stufe erhitzen und Cashewkerne darin unter Schwenken ca. 1–2 Min. rösten. Öl, Oregano und Knoblauch dazugeben und ca. 2 Min. braten. Dann die Cashewkern-Mischung beiseitestellen.
3. Gnocchi ins siedende Salzwasser geben und ca. 3 Min. garen, bis sie an die Oberfläche kommen, und abgießen.
4. In der Pfanne Tomaten auf hoher Stufe ca. 2 Min. erhitzen. Rucola mit Cashewkern-Mischung und Gnocchi in die Pfanne geben. Alles durchschwenken und auf mittlerer Stufe ca. 2 Min. weiterköcheln.
5. Alles mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Cashew-Gnocchi mit Tomaten und Rucola auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	451 kcal
Kohlenhydrate	75 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	13 g