

FrISChe Gnocchi-Speck-Pfanne in Cherry-Tomaten-Babyspinat-Sauce

Family 25 – 35 Minuten • 3.210 kj/767 kcal • Tag 3 kochen

2



Frühlingszwiebel



Petersilie



Cherry-Tomaten



Frühstücksspeck
in Scheiben



frISChe Gnocchi



Crème fraîche



Babyspinat



Hartkäse geraspelt



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

Gut, im Haus zu haben

Öl*, Salz*, Pfeffer*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 grosse Bratpfanne und 1 grosse Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Frühlingszwiebel	1 x 25 g	2 x 25 g
Petersilie	1 x 10 g**	1 x 10 g
Cherry-Tomaten	1 x 125 g	1 x 250 g
Frühstücksspeck in Scheiben	1 x 75 g	2 x 75 g
frische Gnocchi 15)	1 x 400 g	1 x 800 g
Crème fraîche 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Babyspinat	1 x 50 g	1 x 100 g
Hartkäse geraspelt 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
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. 1.000 g)
Brennwert	700 kJ/167 kcal	3210 kJ/767 kcal
Fett	12.24 g	56.10 g
- davon ges. Fettsäuren	1.59 g	7.27 g
Kohlenhydrate	10.80 g	49.50 g
- davon Zucker	1.20 g	5.51 g
Eiweiss	3.35 g	15.38 g
Salz	1.115 g	5.112 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 **15)** Weizen.

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



Vorbereitung

Frühlingszwiebel längs halbieren und in kleine Stücke schneiden.

Blätter der **Petersilie** abzupfen und fein hacken. **Cherry-Tomaten** halbieren.

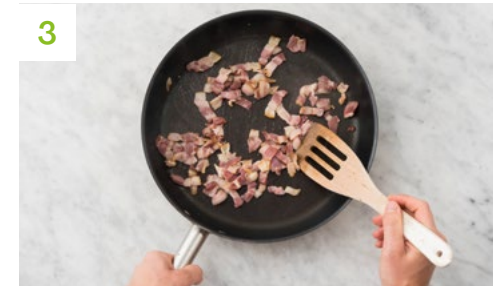
Speck in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.



Gnocchi braten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 8 – 9 Min. anbraten, gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind.

Anschliessend aus der Bratpfanne nehmen, in eine grosse Schüssel umfüllen und beiseitestellen.



Speck anbraten

Dieselbe grosse Bratpfanne wieder bei mittlerer Hitze erwärmen, **Speckstreifen** darin 5 – 6 Min. anbraten, bis sie schön knusprig sind.



Gemüse hinzufügen

Hitze reduzieren, **Frühlingszwiebelstücke** und **Tomatenhälften** zum Speck geben, leicht **pfeffern*** und ca. 2 Min. weiterköcheln lassen.

Crème fraîche zugeben und alles gut vermischen.



Gnocchi vollenden

Gebratene Gnocchi in die **Sauce** geben und drei Viertel der **gehackten Petersilie** vorsichtig unterrühren.

Sauce 1 – 2 Min. weiterköcheln lassen, bis sie etwas reduziert ist.



Anrichten

Kurz vor dem Anrichten portionsweise **Babyspinat** zufügen und **Spinat** leicht zusammenfallen lassen.

Gnocchi auf Teller verteilen, **Hartkäseflakes** und **restliche Petersilie** darüberstreuen und geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über www.hellofresh.ch/freunde ein!



Fresh gnocchi and bacon in cherry tomato and baby spinach sauce

Family 25-35 minutes • 3.210 kj/767 kcal • Cook on day 3

2



Spring onions



Parsley



Cherry tomatoes



Sliced breakfast bacon



Fresh gnocchi



Crème fraîche



Baby spinach



Grated hard cheese



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

Good to have at hand

Oil*, salt*, pepper*

Let's get started

Wash the vegetables.

What you need

1 large frying pan and 1 large bowl

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Spring onions	1 x	25 g	2 x	25 g
Parsley	1 x	10 g**	1 x	10 g
Cherry tomatoes	1 x	125 g	1 x	250 g
Sliced breakfast bacon	1 x	75 g	2 x	75 g
Fresh gnocchi 15	1 x	400 g	1 x	800 g
Crème fraîche 7	1 x	150 g	2 x	150 g
Baby spinach	1 x	50 g	1 x	100 g
Grated hard cheese 7) 8)	1 x	20 g	1 x	40 g
Oil*	Amounts specified in text			
Salt*, pepper*	According to taste			

*Good to have at hand.

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 1000 g)
Calories	700 kJ/167 kcal	3.210 kJ/767 kcal
Fat	12.24 g	56.10 g
- incl. saturated fats	1.59 g	7.27 g
Carbohydrate	10.80 g	49.50 g
- incl. sugar	1.20 g	5.51 g
Protein	3.35 g	15.38 g
Salt	1.115 g	5.112 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: 7) Milk (including lactose) **8)** Eggs **15)** Wheat.

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients).



Preparation

Halve the spring onion lengthways and cut it into small pieces.

Pluck the leaves from the parsley and chop them finely. Cut the cherry tomatoes in half.

Cut the bacon into strips about 1 cm wide.



Sauté gnocchi

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* in a large frying pan on medium heat and fry gnocchi for 8-9 min., stirring occasionally, until crispy and lightly browned.

Then remove from the frying pan, put in a large bowl and place to one side.



Fry bacon

Heat up the same large frying pan again on medium heat and fry the bacon strips for 5-6 min. until they are nice and crispy.



Add vegetables

Reduce heat, add spring onion pieces and tomato halves to the bacon, add a little pepper*, then let it simmer for approx. 2 min. more.

Add the crème fraîche and mix everything well.



Finish the gnocchi

Add the fried gnocchi to the sauce and carefully stir in three quarters of the chopped parsley.

Let the sauce simmer for 1-2 min. until it reduces a little.



Serve

Shortly before serving, add baby spinach in portions and allow spinach to break down slightly.

Apportion gnocchi onto plates, sprinkle with hard cheese flakes and the rest of the parsley and enjoy.

Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too!
Send them an invite now using the QR code or at www.hellofresh.ch/freunde!



Poêlée de gnocchi frais au bacon avec une sauce à base de tomates cerises et de pousses d'épinard

Famille 25 - 35 minutes • 3.210 kj/767 kcal • Consommer dans les 3 jours

2



Oignons de printemps



Persil



Tomates cerises



Bacon en tranches



Gnocchi frais



Crème fraîche



Pousses d'épinards



Fromage à pâte dure râpé



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

Ingédients à toujours avoir chez soi
Huile*, sel*, poivre*

C'est parti

Laver les légumes.

Ce dont vous avez besoin

1 grande poêle et 1 saladier.

Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Oignons de printemps	1 x 25 g	2 x 25 g
Persil	1 x 10 g**	1 x 10 g
Tomates cerises	1 x 125 g	1 x 250 g
Bacon en tranches	1 x 75 g	2 x 75 g
Gnocchi frais 15)	1 x 400 g	1 x 800 g
Crème fraîche 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Pousses d'épinards	1 x 50 g	1 x 100 g
Fromage à pâte dure râpé 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Huile*	Détails dans le texte	
Sel*, poivre*	selon les goûts	

*Ingrédients à toujours avoir chez soi.

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 1.000 g)
Valeur calorique	700 kJ/167 kcal	3.210 kJ/767 kcal
Lipides	12.24 g	56.10 g
- dont acides gras saturés	1.59 g	7.27 g
Glucides	10.80 g	49.50 g
- dont sucre	1.20 g	5.51 g
Protéines	3.35 g	15.38 g
Sel	1.115 g	5.112 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : 7) lait (y compris le lactose) 8) oeufs 15) blé.

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



Préparation

Couper l'oignon de printemps en deux dans le sens de la longueur, puis le débiter en petits morceaux.

Arracher et hacher finement les feuilles de persil.

Couper les tomates cerises en deux.

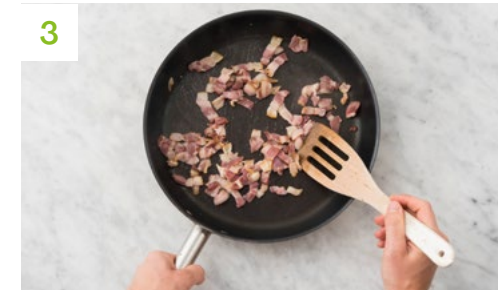
Couper le bacon en lanières d'env. 1 cm.



Faire revenir les gnocchis

Dans une grande poêle, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile* à feu moyen, y faire revenir les gnocchi 8 à 9 min en remuant de temps en temps jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et légèrement dorés.

Les verser dans un saladier et réserver.



Faire revenir le bacon

Refaire chauffer la même poêle à feu moyen, y faire revenir les lanières de bacon 5 à 6 min jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.



Ajouter les légumes

Baisser le feu, ajouter au bacon les morceaux d'oignon de printemps et les moitiés de tomates, poivrer* légèrement et laisser mijoter env. 2 min.

Ajouter la crème fraîche et bien mélanger le tout.



Parfaire les gnocchi

Mettre les gnocchi dorés dans la sauce et y incorporer avec précaution $\frac{3}{4}$ du persil haché.

Laisser mijoter la sauce 1 à 2 min. jusqu'à ce qu'elle réduise un peu.



Dresser

Avant de servir, ajouter par portions les pousses d'épinards et les laisser fondre.

Dresser les gnocchi dans les assiettes, parsemer des copeaux de fromage à pâte dure et du reste de persil, déguster.

Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi !
Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur www.hellofresh.ch/freunde !

