

Gnocchi-Auflauf mit Frühlingsgemüse

ZUTATEN FÜR 4 Personen



- ★ 200 g Mozzarella, in Stücken
- ★ 150 g Kohlrabi, in Stücken
- ★ 150 g junge Karotten, in Stücken
- ★ 150 g Blumenkohl, in Röschen
- ★ 1 Stange Porree, in Ringen
- ★ 200 g Wasser
- ★ ½ TL Gemüse-Gewürzpaste
- ★ 400 g Gnocchi (Kühlregal)
- ★ Salz
- ★ 100 g Frischkäse
- ★ 2 TL getrockneter Oregano
- ★ ½ TL edelsüßes Paprikapulver
- ★ 2 Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ★ 100 g schwarze Oliven, in Scheiben

1 | Den Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Mozzarella in den geben und **3 Sek.** | **Stufe 3** zerkleinern, umfüllen.

2 | Kohlrabi und Karotten in den geben und **4 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern. Mit dem nach unten schieben. Blumenkohl, Lauch, Wasser und Gewürzpaste hinzugeben und **10 Min.** | **100°C** | | garen.

3 | In der Zwischenzeit Gnocchi nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser garen. Anschließend abgießen und gut abtropfen lassen.

4 | Gemüse durch das Garkorbchen abgießen. Garflüssigkeit dabei auffangen. Frischkäse, aufgefangene Gemüsebrühe, Oregano, Paprikapulver, ½ TL Salz und Pfeffer in den geben und **15 Sek.** | **Stufe 4** verrühren.

5 | Gegarte Gnocchi, gedünstetes Gemüse und Oliven in einer Auflaufform vermischen. Die Frischkäsesoße darübergießen und alles gleichmäßig mit dem Mozzarella bestreuen. Den Auflauf ca. 15 Min. auf der mittleren Schiene des vorgeheizten Ofens überbacken.

PRO PORTION: 436 KCAL | 18 G E | 20 G F | 49 G KH



TIPP

Noch schneller steht das Essen auf dem Tisch, wenn ihr auf das Überbacken verzichtet. Dann den Mozzarella weglassen und die Gnocchi nur mit dem Gemüse und der Soße genießen.



GETESTET VON...

Wolfgang Hanus fand den Auflauf sehr lecker. Er mag das Gemüse noch etwas stärker zerkleinert. Zum Gericht hat Wolfgang noch einen Salat serviert.
★ Mehr von Wolfgang auf Seite 38

