



GNOCCHI BROKKOLI PFANNE / KOCHEN MIT SALLY UND LIDL #81



Ich liebe schnelle Gerichte ohne viel Aufwand und Werkzeug. Diese leckere Gnocchi Broccoli Pfanne könnt ihr in nur 15 Minuten zubereiten und habt ein schnelles Mittagessen auf dem Tisch. Die getrockneten Tomaten schmecken würzig und sind so der ideale Fleischersatz für die vegetarische Pfanne. Statt wie sonst bei Onepot Gerichten mit Nudeln habe ich mich hier für Gnocchi entschieden.



Zubereitungszeit

15 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 4

GNOCCHI BROKKOLI PFANNE

Schäle die Knoblauchzehe und Zwiebel und schneide sie in feine Würfel. Erhitze das Olivenöl in einer Pfanne und brate die Würfel darin etwa 4-5 Minuten mit Deckel an. Rühre ab und zu durch. Teile den Brokkoli in Röschen, schäle den Strunk und schneide ihn in feine Würfel. Brate die Brokkoliröschen und -würfel etwa 1 Minute mit an. Gieße die Sahne und Milch dazu und lasse die Soße kurz aufkochen. Würze sie mit Salz, Pfeffer Majoran, Oregano, Paprika und Muskatnuss. Schneide die getrockneten Tomaten klein und gib sie gemeinsam mit den Erbsen in die Pfanne. Füge zuletzt die Gnocchi hinzu und lasse die Pfanne bei niedriger Hitze etwa 3-4 Minuten köcheln. Hoble den Parmesan zum Servieren darüber. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

GNOCCHI BROKKOLI PFANNE:

- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- 4 EL Olivenöl
- 500 g Brokkoli
- 100 g Sahne
- 100 g Milch
- ½ TL Salz
- ¼ TL Pfeffer
- 1 TL Majoran
- 1 TL Oregano
- 1 TL Paprikapulver (edelsüß)
- 1 Pr. Muskatnuss (gerieben)
- 100 g getrocknete Tomaten (soft, in Öl)
- 100 g Erbsen (TK)
- 600 g Gnocchi
- 50 g Parmesan