

Avocado - Gnocci mit Tomatensauce

Kategorien: Mehlspeisen, Nudeln

Zutaten für: 4 Portionen

| | | |
|-----|-------|------------------------------------|
| 2 | | Avocados; reife Früchte Nehmen! |
| 250 | Gramm | Ricotta |
| 75 | Gramm | Parmesan; gerieben |
| 1 | | Ei |
| 1/4 | Teel. | Salz Muskatnuss; reichlich! |
| 120 | Gramm | Mehl; Menge anpassen |

TOMATENSAUCE

| | | |
|-----|-------|----------------------------------|
| 1 | | mittl. Zwiebel |
| 1 | | Essl. Butter |
| 400 | Gramm | Dose Tomaten Salz und Pfeffer |

ZUM UEBERBACKEN

| | | |
|----|-------|---|
| 75 | Gramm | Parmesan; gerieben Butter; in Floeckchen |
|----|-------|---|

Anleitung:

Die Avocados halbieren, den Stein entfernen und schälen. Das Fruchtfleisch fein zerdrücken, das geht am besten mit einer Gabel. Ricotta, Parmesan, Ei, Salz und Muskatnuss dazufügen und alles gut mischen. Soviel Mehl zugeben, dass der Teig immer noch zart ist, jedoch nicht mehr an den Händen klebt. Aus der Masse nussgroße Kloesschen (Gnocchi) formen. Reichlich Salzwasser aufkochen und jeweils ca. 12 Gnocchi auf einmal hineingeben. Sobald sie an die Oberfläche steigen, noch eine Minute ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und in eine ausgebutterte Gratinform geben. Mit den anderen Gnoccis ebenso verfahren. Für die Tomatensauce die Zwiebel schälen, fein hacken und in der Butter andampfen. Die Tomaten mitsamt dem Saft beifügen und das ganze 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.; ca. Die Tomatensauce über die Gnocchi verteilen. Den Parmesan darüberstreuen und alles mit Butterflockchen belegen. Auf der untersten Schiene des auf 220 GradC vorgeheizten Backofens 15 bis 20 Minuten überbacken.