

## Gnocchi-Tomaten-Salat mit Pistazien-Petersilien-Pesto

gelingt leicht

Für 4 Portionen

**Gnocchi:** 1 kg mehligkochende Kartoffeln  
♦ Salz ♦ 1 EL Olivenöl ♦ 1 Msp. Muskat  
♦ ca. 200 g Dinkelmehl Type 630 ♦ **Salat mit Pesto:** je 250 g gelbe und rote Cocktailtomaten ♦ 250 g Mozzarellabällchen (alternativ: Scamorzine) ♦ 1 Bund (30 g) glatte Petersilie ♦ 1 Knoblauchzehe ♦ 50 g Pistazien ♦ 80 ml Olivenöl ♦ schwarzer Pfeffer ♦ 1-2 EL Zitronensaft ♦ **Außerdem:** Mehl für die Arbeitsfläche ♦ **Auf Wunsch:** Petersilie und Pistazien für die Garnitur

1. Für die Gnocchi Kartoffeln in wenig Salzwasser im geschlossenen Topf ca. 20-30 Minuten weich kochen. Abgießen, ausdampfen lassen und noch heiß pellen. Mit Kartoffelstampfer oder Gabel fein zerdrücken, Olivenöl, 1 TL Salz und Muskat untermischen und Masse etwas abkühlen lassen. Mehl mit den Händen zügig unterarbeiten, so dass ein glatter Teig entsteht.

2. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche zu ca. 1 cm dicken Rollen formen. Daraus jeweils 2 cm große Stücke abschneiden. Mit Gabelrücken auf einer Schnittseite die typischen Rillen eindrücken. Im Topf mit leicht siedendem Salzwasser Gnocchi ca. 5 Minuten gar ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Mit Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.



Foto: Rogge & Jankovic Fotografen

3. Tomaten waschen und auf Wunsch halbieren oder vierteln. Mozzarella abtropfen lassen. Für das Pesto Petersilie kalt abrausen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Knoblauch schälen und grob hacken. Petersilie mit Knoblauch, Pistazien und Öl pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Gnocchi warm mit Tomaten, Mozzarella und Pesto in Schüssel vermischen und auf Wunsch mit Petersilienblättern und Pistazien garniert servieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 50 Minuten

**Pro Portion:** ca. 648 kcal, 2710 kJ, 26 g EW, 80 g KH, 4 g F, 7 BE

**KÜCHEN-TIPP:** Achten Sie darauf, dass die Kartoffeln gut ausgedampft sind. Je trockener die Masse ist, umso weniger Mehl benötigen Sie und umso lockerer werden die Gnocchi.

**OHNE MILCH UND EI:** Das besondere an unseren Gnocchi: Sie kommen ganz ohne Ei aus! Wenn Sie den Salat vegan zubereiten möchten, so lassen Sie einfach die Mozzarellabällchen weg.

Dieses und viele weitere leckere Rezepte erhalten Sie unter [www.koestlich-vegetarisch.de](http://www.koestlich-vegetarisch.de)

köstlich vegetarisch, Deutschlands vegetarisches Genießer-Magazin, erhalten Sie alle zwei Monate neu im Zeitschriften- und Naturkosthandel, in Reformhäusern, Supermärkten und natürlich auch unter [www.koestlich-vegetarisch.de](http://www.koestlich-vegetarisch.de)

Herausgeber: go direct verlags GmbH & Co. KG, Auf der Lind 10, 65529 Waldems-Esch. Rezept und Foto(s) sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Die Vervielfältigung, als Ganzes oder in Teilen, ist ohne schriftliche Genehmigung des Verlags nicht gestattet.

