



Gnocchi Rezept



 **Arbeitszeit:** ca. 30 Minuten

 **Koch- & Backzeit:** ca. 30 Minuten

 **4 Portionen**

 **Schwierigkeit:** Normal

Zutatenliste

Zutaten

- 800g mehlig kochende Kartoffeln
- 200g Weizenmehl Type 405
- 4 EL Hartweizengrieß
- 1 Ei
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Gnocchi gehören zu den beliebtesten Beilagen der italienischen Küche und lassen sich mit dem richtigen Rezept ganz einfach zu Hause zubereiten. Diese zarten Kartoffelklößchen schmecken besonders gut, wenn sie frisch gemacht werden und eignen sich ideal als Begleitung zu vielen verschiedenen Saucen, von Tomatensauce bis hin zu einer buttrigen Salbeisauce. Mit diesem Grundrezept gelingt es dir, Gnocchi selbst herzustellen, auch wenn du noch wenig Erfahrung in der Küche hast. Alles, was du brauchst, sind einige Grundzutaten und etwas Geduld.

Schritt für Schritt zu den perfekten Gnocchi:

- 1. Kartoffeln kochen:** Zuerst kochst du die Kartoffeln mit Schale, bis sie innen weich sind. Das dauert je nach Größe der Kartoffeln etwa 20-30 Minuten. Damit die Kartoffeln gleichmäßig garen, solltest du sie möglichst gleich groß auswählen. Nachdem die Kartoffeln weich sind, lässt du sie etwas abkühlen, sodass sie sich anfassen lassen, aber noch lauwarm sind.
- 2. Kartoffeln pressen:** Pellen (schälen) Sie die lauwarmen Kartoffeln und drücken Sie sie durch eine Kartoffelpresse. Solltest du keine Kartoffelpresse zur Hand haben, kannst du die Kartoffeln auch mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Achte darauf, dass keine größeren Stücke übrigbleiben, da der Teig sonst klumpig werden könnte.
- 3. Teig herstellen:** Gib die gepressten Kartoffeln in eine große Schüssel. Füge das Weizenmehl, den Hartweizengrieß, das Ei sowie eine großzügige Prise Salz und Pfeffer hinzu. Jetzt wird alles zu einem glatten Teig verknetet. Achte darauf, nicht zu lange zu kneten, damit die Gnocchi später schön locker bleiben. Lass den Teig anschließend etwa 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen, damit sich die Zutaten gut verbinden können.
- 4. Gnocchi testen:** Bevor du den gesamten Teig weiterverarbeitest, machst du eine Probe-Gnocchi: Forme ein kleines Stück Teig und gib es in einen Topf mit reichlich kochendem Salzwasser, das du dann auf leichtes Sieden reduzierst. Lasse die Gnocchi ca. 5 Minuten gar ziehen. Wenn der Teig nach dem Kochen zu weich erscheint, kannst du noch etwas Hartweizengrieß hinzugeben, um ihn zu festigen.





Gnocchi Rezept



 **Arbeitszeit:** ca. 30
Minuten

 **Koch- & Backzeit:** ca. 30
Minuten

 **4 Portionen**

 **Schwierigkeit:** Normal

5. Gnocchi formen: Teile den Teig in Portionen und forme daraus lange Teigstränge mit einem Durchmesser von etwa 2 cm. Schneide kleine Stücke von ca. 2 cm Länge ab. Wenn du magst, kannst du die Gnocchi über die Zinken einer Gabel rollen, um ihnen die typische geriffelte Oberfläche zu geben. Diese Rillen helfen später dabei, die Sauce besser aufzunehmen.

6. Gnocchi garen: Gib die geformten Gnocchi in leicht siedendes Salzwasser. Achte darauf, dass das Wasser nicht sprudelnd kocht, sondern nur leicht siedet, damit die Gnocchi nicht zerfallen. Sie sind fertig, wenn sie nach ca. 5 Minuten an die Oberfläche steigen. Hole die Gnocchi mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser und lasse sie gut abtropfen.

7. Servieren oder weiterverarbeiten: Du kannst die Gnocchi sofort heiß servieren oder sie weiterverarbeiten, indem du sie beispielsweise in Butter schwenkst oder in einer leckeren Tomaten- oder Käsesauce servierst. Selbstgemachte Gnocchi schmecken frisch am besten, aber du kannst sie auch einfrieren, wenn du größere Mengen vorbereiten möchtest.

Mit diesem einfachen Grundrezept für Gnocchi kannst du zu Hause leckere, frische Gnocchi zubereiten, die sich perfekt mit vielen verschiedenen Saucen kombinieren lassen!

Tipps für perfekte Gnocchi:

- 1) Kartoffeln richtig wählen: Verwende mehlig kochende Kartoffeln, da sie weniger Wasser enthalten und der Teig dadurch besser zusammenhält.
- 2) Grieß hinzufügen: Falls der Teig zu weich ist, kannst du nach und nach etwas mehr Hartweizengrieß hinzufügen, um ihn fester zu machen.
- 3) Teig nicht zu lange kneten: Damit die Gnocchi schön fluffig bleiben, solltest du den Teig nur so lange kneten, bis alle Zutaten gut vermischt sind.





Gnocchi Rezept



 **Arbeitszeit:** ca. 30
Minuten

 **Koch- & Backzeit:** ca. 30
Minuten

 **4 Portionen**

 **Schwierigkeit:** Normal

