



Lauwarmer Gnocchi-Salat

mit Weintrauben und Feta



HELLO WEINTRAUBEN

Die kleinen runden Leckerbissen dürfen im Sommer nicht fehlen! Ob als Snack, in einem Dessert oder wie bei uns im Salat – Weintrauben schmecken nicht nur gut, sie sind auch noch richtig gesund, denn sie enthalten jede Menge sekundäre Pflanzenstoffe!



frische Gnocchi



Orange



Rucola



Basilikum



rote Weintrauben



gelbe Paprika



Balsamico-Crème



Walnüsse



Feta

25 Minuten

Stufe 1

Veggie

Zeit sparen

leichter Genuss

Mit diesem leckeren Salat stimmen wir uns auf die warmen Sommertage ein. Unseren fruchtig-aromatischen Salat kannst Du wunderbar zur nächsten Grillparty mitbringen oder am nächsten Tag als Lunch genießen. Guten Appetit bei diesem **ballaststoffreichen** Gericht.

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 großen Topf**, ein **Sieb**, **1 große Schüssel**, eine **Zitronenpresse**, **Backpapier** und ein **Backblech**. Entdecke den **lauwarmen Gnocchi-Salat**.



1 PAPRIKA BACKEN

Paprika halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in dünne, längliche Streifen schneiden. **Paprikastreifen** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl**, **Salz** und **Pfeffer** beträufeln und 5 – 8 Min. backen. Danach aus dem Backofen nehmen und kurz abkühlen lassen.



2 GNOCCHI GAREN

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser** geben, **salzen** und einmal aufkochen lassen. **Gnocchi** darin 1 – 2 Min. garen, bis sie an die Oberfläche steigen. Dann in ein Sieb abgießen, vorsichtig mit kaltem **Wasser** abspülen und abtropfen lassen. So kleben die **Gnocchi** nicht zusammen.



3 SALATZUTATEN SCHNEIDEN

Orange halbieren, 1 [2] Hälfte auspressen, die restliche Hälfte schälen und **Fruchtfleisch** in Würfel schneiden. **Rucola** grob schneiden. **Walnüsse** grob zerkleinern. **Feta** mit den Händen ebenfalls grob zerkleinern. **Basilikumblätter** abzupfen und hacken.



4 DRESSING VORBEREITEN

Balsamico-Crème, 1 TL [1 EL] **Olivenöl**, **Orangensaft**, 1 Prise **Zucker**, **Salz** und **Pfeffer** in einer großen Schüssel zu einem Dressing verrühren.



5 SALAT VERMENGEN

Gnocchi, **Orangenwürfel**, **Rucola**, gehacktes **Basilikum** und **Weintrauben** zum **Dressing** in die große Schüssel geben und alles gut vermengen.



6 ANRICHTEN

Gnocchi-Salat auf Schüsseln verteilen, mit **Walnüssen**, zerkleinertem **Feta** und **Paprikastreifen** toppen und genießen.

Guten Appetit!

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
gelbe Paprika <small>NL</small>	1	2
frische Gnocchi <small>1)</small>	500 g	1000 g
Orange <small>EG</small>	1	2
Rucola	75 g	150 g
Walnüsse <small>8) 15)</small>	20 g	40 g
Feta <small>7)</small>	100 g	200 g
Basilikum	10 g	20 g
Balsamico-Crème <small>1) 12)</small>	12 ml	24 ml
rote Weintrauben	125 g	250 g

Zucker*, Salz*, Pfeffer*, Olivenöl*

* Gut im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern]
 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	631 kJ/151 kcal	3389 kJ/807 kcal
Fett	6 g	30 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	13 g
Kohlenhydrate	19 g	101 g
- davon Zucker	6 g	29 g
Eiweiß	6 g	29 g
Ballaststoffe	2 g	8 g
Salz	2 g	7 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 8) Walnüsse 12) Schwefeldioxid und Sulfite 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

EG: Ägypten, NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
 AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at