Rezept

Bärlauch-Gnocchi

Ein Rezept von Bärlauch-Gnocchi, am 30.05.2025

Zutaten

- **3** mehlig kochende Kartoffeln (ca. 300 g)
- **2** Frühlingszwiebeln
- **1** Ei
- **2 EL** Weizengrieß
- Pfeffer
- Mehl für die Arbeitsfläche
- **40 g** Bärlauchblätter (ca. 1 Hand voll)
- **60 g** Butter
- **2 EL** Mehl
- Salz
- frisch geriebene Muskatnuss

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 3 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen, mit Wasser bedecken und in ca. 25 Min. gar kochen.

2. Inzwischen Bärlauch waschen, trockenschütteln und grob zerschneiden. Die Zwiebeln putzen und bis zum hellgrünen Teil klein würfeln. 1 EL Butter erhitzen und die Zwiebeln darin leicht andünsten. Bärlauch dazugeben und kurz durchschwenken. In einem Rührbecher mit dem Ei pürieren.

3. Die Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Anschließend durch die Kartoffelpresse drücken. Bärlauchpüree, Mehl und Grieß dazugeben und kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Alles zu einem Teig vermengen.

4. Auf bemehlter Arbeitsfläche den Teig dritteln und die Teile jeweils zu einem daumendicken Strang rollen. Kleine Stücke abschneiden und zwischen den bemehlten Händen rollen. Mit einer Gabel Rillen zeichnen.

5. In einem flachen, breiten Topf Salzwasser aufkochen und die Gnocchi darin portionsweise 4 Min. ziehen lassen. Vorher am besten einen Probe-Gnocchi garen und bei Bedarf noch etwas Mehl oder Grieß hinzufügen, falls die Gnocchi auseinanderfallen. Mit einem Schaumlöffel herausheben und abtropfen lassen.

6. In einer Pfanne die restliche Butter erhitzen, leicht salzen und die Gnocchi darin schwenken.