

Rezept

Gnocchi

Ein Rezept von Gnocchi, am 15.12.2025

Zutaten

2 kg vorwiegend festkochende Kartoffeln
100 g Kartoffelmehl
Jodsalz
frisch geriebene Muskatnuss

100 g fein gemahlener glutenfreier Reis
2 Eier
Pfeffer
glutenfreies Reismehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal

Zubereitung

- 1.** Kartoffeln in einen großen Topf geben, knapp mit Wasser bedecken und darin zugedeckt in 30-40 Min. garen. Kartoffeln abgießen, noch warm pellen und in einer Schüssel mit dem Kartoffelstampfer zermusen.

- 2.** Die Mehle untermischen und mit den Eiern, 1 1/2 TL Salz sowie je 2 Msp. Pfeffer und Muskatnuss mit den Händen zu einem festen Teig verkneten.

- 3.** In einem großen Topf 3 l Wasser zum Kochen bringen. 1 EL Salz hinzufügen. Inzwischen mit einem Teelöffel vom Teig kleine Häufchen abstechen und zu ca. 2 cm großen Kugeln formen (dafür die Hände mit Reismehl bestäuben). Die Kartoffelkugeln mit den Zinken einer Gabel leicht flach drücken.

- 4.** Die Gnocchi in das kochende Salzwasser gleiten und offen sieden lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Weitere 2-3 Min. ziehen lassen, mit dem Schaumlöffel abschöpfen und abtropfen lassen.