

Rezept

Kartoffelgnocchi mit Kürbis und Spinat

Ein Rezept von Kartoffelgnocchi mit Kürbis und Spinat, am 28.06.2026

Zutaten

200 g TK-Blattspinat	1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel	200 g Kürbis (z.B. Butternut oder Muskat)
1 EL Butter	Salz
Pfeffer	frisch geriebene Muskatnuss
300 g Gnocchi (Fertigprodukt aus dem Kühlregal)	1 EL Pinienkerne
20 g Pecorino (ersatzweise Parmesan)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal, 11 g F, 12 g EW, 61 g KH

Zubereitung

1. Spinat in einem Sieb in ca. 1 Std. 30 Min. auftauen und abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und fein hacken oder durchpressen. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Kürbis schälen und die Kerne und Fasern entfernen. Das Kürbisfleisch auf einer Reibe grob raspeln.
2. In einer großen Pfanne die Butter schmelzen. Darin den Knoblauch und die Zwiebel 1 Min. andünsten. Die Kürbisraspel dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und alles gut durchrühren. Abgedeckt bei geringer Hitze in 5 Min. weich dünsten.
3. In der Zwischenzeit in einem Topf 1 l Wasser zum Kochen bringen, salzen. Darin die Gnocchi nach Packungsanweisung garen. Pinienkerne in einer kleinen beschichteten Pfanne anrösten, bis sie goldbraun sind und duften. Den Pecorino fein reiben.
4. Den Spinat etwas ausdrücken, grob hacken und zum Kürbis in die Pfanne geben, unterrühren. Die Pfanne wieder zudecken. Die Gnocchi in ein Sieb abgießen, kurz abtropfen lassen und ebenfalls in die Pfanne geben. Alles gut durchrühren, mit Salz und Muskat abschmecken. Die Kürbis-Spinat-Gnocchi auf Tellern anrichten, mit dem Pecorino und den Pinienkernen bestreuen und servieren.