

Rezept

Schnelle Gnocchi-Gemüse-Pfanne

Ein Rezept von Schnelle Gnocchi-Gemüse-Pfanne, am 28.06.2026

Zutaten

2 EL Butter	450 g TK-Kaisergemüse (ungewürzt)
100 ml Milch (3,5 % Fett)	600 g frische Gnocchi (aus dem Kühlregal)
Salz	Pfeffer
2 EL TK-Petersilie	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 345 kcal, 7 g F, 10 g EW, 59 g KH

Zubereitung

1. Eine Pfanne erhitzen, die Butter darin zerlassen und das Gemüse tiefgefroren dazugeben. Dann zugedeckt bei großer Hitze ca. 10 Min. garen.

2. Anschließend die Milch und die Gnocchi dazugeben und alles offen noch 4-5 Min. köcheln lassen, bis die Gnocchi warm sind und die Sauce sämig ist. Die Gnocchi-Gemüse-Pfanne mit 1 TL Salz und Pfeffer würzen.

3. Zum Servieren die Gnocchi-Pfanne auf Teller verteilen und mit der Petersilie bestreuen.