

Rezept

Ziegenkäsegnocchi mit Fenchelgemüse

Ein Rezept von Ziegenkäsegnocchi mit Fenchelgemüse, am 28.06.2026

Zutaten

Für die Gnocchi:

75 g Parmesan (am Stück)
2 Eigelb (M)
schwarzer Pfeffer

500 g Ziegenfrischkäse
1 TL abgeriebene Bio-Zitronenschale
125 g Weizenmehl (Type 405)

Für das Fenchelgemüse:

500 g Fenchel
2 TL Fenchelsamen
 $\frac{1}{2}$ Granatapfel
1 Bio-Zitrone
1 - 2 TL Chiliflocken

3 rote Zwiebeln
2 TL Kreuzkümmelsamen
2 EL Olivenöl
3 EL Pastis (nach Belieben)

Außerdem:

Salz
2 EL Olivenöl

Weizenmehl zum Verarbeiten
2 EL Maisgrieß

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 725 kcal

Zubereitung

- 1.** Für die Gnocchi in einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Den Parmesan reiben. Die Flüssigkeit vom Ziegenfrischkäse abgießen. Frischkäse mit Parmesan, Eigelben, Zitronenschale, $\frac{3}{4}$ TL Salz und Pfeffer in einer Schüssel gut verrühren. Das Mehl hinzufügen und kurz untermischen, bis alles gut vermischt ist. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben. Die Hälfte des recht weichen Teiges daraufgeben und rasch zu einer ca. 2 cm dicken Rolle formen. Die Rolle mit einem bemehlten Messer in fingerdicke Scheiben schneiden.
- 2.** Die Gnocchi ins kochende Wasser gleiten lassen. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen, die Hitze reduzieren und die Gnocchi im leicht siedenden Wasser in ca. 2 Min. gar ziehen lassen. Die fertigen Gnocchi mit einer Schaumkelle herausheben und in einem weiten Sieb abtropfen lassen. Mit dem übrigen Teig genauso verfahren. Die fertigen Gnocchi zum Trocknen auf ein sauberes Küchentuch legen (fürs spätere Anbraten ist es gut, wenn die Gnocchi trocken sind, denn sonst kleben sie am Pfannenboden und werden nicht knusprig).
- 3.** Für das Fenchelgemüse den Fenchel putzen und waschen. Das Fenchelgrün abzupfen und beiseitelegen. Die Fenchelknollen längs halbieren, den Strunk entfernen und den Fenchel quer in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebeln schälen und in dünne Spalten schneiden. Die Fenchel- und Kreuzkümmelsamen im Mörser grob zerstoßen. Die Kerne aus dem Granatapfel herauslösen.

4. In einer weiten Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen. Fenchel und Zwiebel darin ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze anbraten. Die Zitrone heiß waschen, trocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Saft und Schale mit den gemörsterten Gewürzen zum Fenchel geben, nach Belieben den Pastis oder 3 EL Wasser dazugießen. Das Gemüse mit Salz und Chiliflocken würzen und weitere ca. 5 Min. dünsten, bis der Fenchel bissfest ist. Zugedeckt warm halten.
-
5. In einer zweiten Pfanne die übrigen 2 EL Olivenöl erhitzen. Die Gnocchi mit Maisgrieß bestreuen, kurz darin wenden, dann in der Pfanne ca. 5 Min. anbraten, dabei zwischendurch wenden. Das Fenchelgrün hacken. Gnocchi und Gemüse auf Teller verteilen und mit Granatapfelkernen und Fenchelgrün bestreuen.