

Hanf-Gnocchi

Gnocchi – selbstgemacht und glutenfrei

Zutaten:

- 440 g mehliges Kartoffeln
- 2 Eigelb
- 1 Msp. Muskat
- 80 g glutenfreies Nudelmehl (von Schär)
- [40 g Hanfmehl](#)
- Salz
- Butter zum Abschmelzen
- 2 – 3 Salbeiblätter
- Geriebener Parmesan

So geht's

Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen, abseihen und etwas ausdämpfen lassen. Noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken, mit Eigelb und Muskat vermischen und auskühlen lassen. Mehle und Salz zur Kartoffelmasse geben, zu einem Teig verkneten und daraus 1 cm dicke Stränge rollen. Davon kleine Stücke abschneiden, zu Kugeln formen und über den Rücken einer Gabel rollen.

In einer Stielpfanne die Butter mit dem Salbei braun anschmelzen. Die Gnocchi im köchelnden Salzwasser 3-4 Minuten gar kochen. Mit einer Schaumkelle herausheben und in der Salbeibutter schwenken. Auf Tellern anrichten, mit Parmesan bestreuen und servieren.

Tipp: Verfeinern lässt sich das Rezept – wie auf dem Foto – mit rotem Paprika!

Wir bedanken uns bei Magdalena St. für das feine Rezept und Foto!