



Gnocchi von Süßkartoffeln mit Shiitakepilzen

Zutaten (für vier Portionen):

300 g Süßkartoffeln, geschält
300 g mehlig kochende Kartoffeln, geschält
1/4 l Gemüsebrühe
4 EL Dinkelmehl
2 EL Dinkelgrieß
1 EL gerösteter Sesam
Salz, Pfeffer
etwas Ingwerpulver
1 Bund Suppengrün

Pilze

300 g Shiitakepilze, zerkleinert (oder andere Zuchtpilze)
1 Bund Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
4 EL Sesamöl

Dekoration

1 kleiner Bund Blutsauerampfer, gewaschen (oder junge rote Bete Blätter)
30 g angeröstete Mandelblättchen

Zubereitung (circa 35 Minuten):

Süßkartoffeln und Kartoffeln würfeln und mit Brühe zugedeckt weich dünsten, bis die Flüssigkeit komplett weg ist. Gut ausdämpfen lassen, durch die Presse drücken und abkühlen lassen. Grieß, Mehl und Sesam untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Ingwerpulver abschmecken. Aus der Masse auf einem bemehlten Brett daumendicke Rollen herstellen und etwa zwei bis drei Zentimeter lange Stücke abschneiden. Salzwasser erhitzen und das Suppengrün darin kurz köcheln lassen. Anschließend die Gnocchi darin circa sechs Minuten köcheln, kochen lassen und über einem Sieb abschütten.

Sesamöl erhitzen, Frühlingszwiebeln zugeben und kurz angehen lassen. Die Pilze zufügen und garen, bis sie bissfest sind. Zusammen mit den Gnocchi gut durchschwenken, nachwürzen und auf Tellern verteilen. Mit Sauerampferblättern ausgarnieren und mit gerösteten Mandelblättchen bestreuen.

Nährwerte pro Portion:

506 kcal – 21 g Fett - 14 g Eiweiß - 80 g Kohlenhydrate - 7 BE

Dieses Gericht ist vegan.