

Wednesday, April 29. 2015

Knusprige Gnocchi mit gerÄ¼stetem Spargel und Tomaten aus dem Ofen

O'gshpargelt is! Ich mag persÄ¼nlich den grÄ¼nen Spargel ja lieber, als den weiÄ¼en. Und am allerliebsten gerÄ¼stet aus dem Backofen mit einer Prise grobem Salz.

Das ist auch eine super Beilage zu einem einfachen Butterbrot. Oder zu leckeren, knusprigen Gnocchi!

fÄ¼r 2-3 Personen:

- 1 Packung Gnocchi
 - 1 Knoblauchzehe, grob gehackt
 - 2 FrÄ¼hlingsschwabeln, in Ringe geschnitten
 - 10 Dattel- oder Cherrytomaten, halbiert
 - 1 Bund grÄ¼ner Spargel, in mundgerechte StÄ¼cke geschnitten
 - 1/2 kleine Tasse TK-Erbesen
 - etwas Schnittlauch und Basilikum, grob gehackt
 - etwas Parmesan am StÄ¼ck
 - Brat-OlivenÄ¼l
 - Fleur de Sel
 - Pfeffer
- Den Backofen auf 200Ä° C vorheizen.

Die holzigen Enden des Spargel schÄ¼len und die Stangen dann in ca. 2-3 cm lange StÄ¼cke schneiden.

Die Tomaten halbieren.

Spargel und Tomaten separat in zwei SchÄ¼sseln mit einem SchÄ¼l OlivenÄ¼l vermengen und mit Fleur de Sel und Pfeffer wÄ¼rzen. Den Knoblauch zu den Tomaten geben.

Das Backblech mit Backpapier auslegen, den Spargel darauf verteilen und fÄ¼r 15 Minuten backen.

In den letzten 5 Minuten die Knoblauchtomaten dazu geben.

In der Zwischenzeit etwas Ä¼l in eine groÄ¼e Pfanne geben und die Gnocchi unter RÄ¼hren goldbraun anrÄ¼sten. FrÄ¼hlingsschwabeln und Erbsen dazu geben und kurz mit anbraten.

Dann Spargel und Tomaten aus dem Ofen holen und zu den Gnocchi geben. Die frischen KrÄ¼uter unterÄ¼hren.

Auf Tellern verteilen und mit einem SparschÄ¼ler grobe SpÄ¼ne vom Parmesan auf die Gnocchi raspeln.

Das AllerschÄ¼nste ist doch, draussen im Freien Abend zu essen! :-)

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, spargel, vegetarisch at 18:28