

HAUSGEMACHTE BUCHWEIZEN-GNOCCHIS MIT CASHEW-SAUCE



HAUSGEMACHTE BUCHWEIZEN-GNOCCHIS

Zunächst die Kartoffeln schälen, so dass 400 g übrig bleiben. Die Kartoffeln anschließend für 15 bis 20 Minuten in 500 ml Salzwasser kochen. Dann das Wasser abgießen (das Kartoffelwasser auffangen und beiseite stellen) und die gekochten Kartoffeln 1 bis 2 Minuten im Kochtopf abdämpfen lassen.

Die gekochten Kartoffeln durch eine Presse drücken (alternativ mit einer Siebkelle o.ä. zerdrücken, bis eine klümpchenfreie Masse entsteht). Buchweizenmehl, Kartoffelstärke und eine Prise Muskatnuss dazugeben, alles vermengen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Aus dem Teig 4 etwa daumendicke Rollen formen, davon etwa daumenbreite Stücke abschneiden und nach Belieben formen. Mithilfe einer Gabel könnt ihr das typische Gnocchi-Rillenmuster in die Teigstücke drücken.

Anschließend ausreichend Wasser zum Kochen bringen. Die Gnocchis ins kochende Wasser geben, die Temperatur herunterstellen und die Gnocchis 10 bis 12 Minuten im heißen Salzwasser gar ziehen lassen (das Wasser darf nicht kochen). Wenn die Gnocchi oben schwimmen, sind sie gar. Dann die Gnocchis aus dem Wasser nehmen und abtropfen/leicht abkühlen lassen. Zum Schluss die Gnocchis in einer Pfanne goldbraun anbraten.

CASHEW-SAUCE

250 ml (Kartoffel-) Wasser, 50 ml Pflanzenöl und die Cashewkerne in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab pürieren (alternativ alles in die Küchenmaschine geben). Dann in einem Kochtopf aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

OPTIONAL

Den besonderen Kick bekommt das Essen, wenn ihr noch ein wenig Petersilie über das fertig angerichtete Gericht streut (oder 3 bis 4 EL direkt in die Sauce geben).

Hervorragend passen zudem feine Karotten-Julienne. Hierfür eine große Karotte in möglichst feine Streifen schneiden (sofern ihr keinen Julienne- oder Spiralschneider habt), kurz in Pflanzenöl anbraten und über das Gericht streuen.

Tierschutzverein für Hannover u.U. e.V.

Evershorster Straße 80

30855 Langenhagen

Tel.: 0511 / 973 398 - 0

E-Mail: info@tierheim-hannover.de

www.tierheim-hannover.de

[www.fb.com/tierheim.hannover](https://www.facebook.com/tierheim.hannover)

www.youtube.com/tierheimtv

Vegetarisches Restaurant Hiller

Blumenstraße 3

30159 Hannover

Tel.: 0511 / 36 12 88

www.restaurant-hiller.de

[www.fb.com/VegetarischesRestaurantHiller](https://www.facebook.com/VegetarischesRestaurantHiller)

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

BUCHWEIZEN-GNOCCHIS

400 g Kartoffeln (netto) | 500 ml Wasser + 1/2 TL Salz | 100 g Buchweizenmehl | 2 EL Kartoffelstärke | Muskatnuss

CASHEW-SAUCE

100 g Cashewkerne (geröstet & gesalzen) | 250 ml (Kartoffel-) Wasser | 50 ml Pflanzenöl (z.B. Rapsöl) | Salz/Pfeffer

OPTIONAL

1 große Karotte | 3-4 EL Petersilie

tierschutzverein
für Hannover und Umgegend e.V.

Hiller
Vegetarisches Restaurant



REZEPT IN FILMFORM

Einfach den QR-Code mit deinem Smartphone einscannen und schon kannst du dir die Zubereitung in Filmform anschauen!