



Kräuterquark-Gnocchi auf Peperoni-Gemüse

Frische Quark-Gnocchi sind immer eine Versuchung wert. Ihre weiche und geschmeidige und trotzdem nicht schlabbrige Konsistenz wird von kaum einem anderen Gericht erreicht. Sie lassen sich auch mit weiteren Zutaten auf mannigfaltige Weise variieren, so zum Beispiel mit viel frischer, italienischer Petersilie. Es gibt zwar allerlei Gnocchis auch als Fertigprodukt zu kaufen, doch sind diese niemals so delikat wie frisch zubereitete Quark-Gnocchis. Sehr kompliziert ist die Zubereitung nicht, aber ist eben doch mit etwas Aufwand verbunden.

Frische Quarkgnocchi schmecken auch mit etwas Butter und Käse gut. Mit Peperoni und Zucchini dazu gibt einen einfachen, aber "gluschtigen" Vergiteller.

Zutaten (3 Portionen)

250g Quark halbfett
2 grosse Eier
100g Mehl
70g Hartweizengriess
1 Bund italienische Petersilie ca. 30g
30g Butter
30g Parmesan gerieben (für den Teig)
10g Parmesan zum Bestreuen
7g Salz (1,5 Tl)

Peperoni-Gemüse (pro Portion):

120g Peperoni (dreifarbig)
60g Zucchini
1/2 kleine Zwiebel (ca. 20g)
Salz oder Kräutersalz
Bratbutter

Zubereitung

Quark und Eier vermischen. Hartweizengriess und Mehl portionenweise zugeben und jeweils mit dem Schwingbesen gut einrühren. Der Teig sollte recht zäh sein und nur langsam vom Schwingbesen fließen.

Petersilie mit dem Wiegennmesser fein hacken und zum Quarkteig geben.

Butter schmelzen und etwas köcheln lassen bis sie leicht bräunlich wird. Zum Quarkteig geben. Parmesan und Salz zugeben und die Masse gut vermischen. Teig mit Folie abdecken und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Peperonis zu kurzen schmalen Streifen schneiden. Zucchini zu knapp 1cm dicken Scheiben schneiden und zu Stäbchen schneiden. Zwiebel zu Streifen schneiden. Alles zusammen in Bratbutter andünsten, salzen und schmoren lassen, bis die Peperoni weich sind (ca. 15 Minuten). Bis zum Anrichten warmhalten.

Reichlich Salzwasser aufkochen.

Teig in einen Spritzsack mit einer ca. 2cm grossen Öffnung abfüllen. Teig ins leicht siedende Wasser pressen, dabei mit einem Messer ca. 2cm lange Stücke abschneiden. Die Gnocchis steigen nach kurzer Zeit an die Oberfläche. Danach ca. 3-4 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben, kurz abtropfen lassen und sogleich anrichten. Man kann sie auch für kurze Zeit im 60° warmen Ofen warmhalten.

Man kann die Gnocchi auch auskühlen lassen und über Nacht abgedeckt im Kühlschrank lagern und vor dem Anrichten in heisser Butter 3-4 Minuten schwenken.

Peperoni-Gemüse auf vorgewärmten Tellern zu einem Bett anrichten und die Quarkgnocchi darauflegen. Mit etwas Parmesan bestreuen.









