Buchweizen-Gnocchi

So lecker kann ein vegetarisches Essen sein. Mit dem Rezept für selbst gemachte Buchweizen-Gnocchi überzeugt man nicht nur die eigene Familie.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 60 min



Zutaten

260 g	Buchweizenschrot
0.5 l	Gemüsebrühe
350 g	Blattspinat
1 Stk.	Zwiebel
2 Stk.	Knoblauchzehe
2 EL	Öl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Muskatnuss
2 Stk.	Eigelb
1 EL	Butter (für die Form)
200 g	Schlagobers
250 g	Käse (geriebenen)

Zubereitung

1. Für Buchweizen-Gnocchi zuerst das Buchweizenschrot in einer beschichteten Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten. In einem kleinen Topf Wasser aufsetzen und Brühe aufkochen.

2. In die kochende Brühe nun den Buchweizen einfüllen und gut miteinander vermengen. Den Topf vom Herd nehmen und den Buchweizen quellen lassen, bis ein trockener Brei entstanden ist. Nun den Spinat unter fließendem Wasser gut abspülen, trocken schleudern und fein hacken.

3. Die Zwiebel und den Knoblauch abschälen und fein würfeln. In einer beschichteten Pfanne beides in Öl glasig dünsten, Spinat zugeben und alles zusammen trockendünsten. Danach das Ganze unter den Buchweizen mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und das Eigelb unterheben. Das Ganze dann ungefähr 45 Minuten abgedeckt zur Seite stellen und ruhen lassen.

4. In der Zwischenzeit die Portionsförmchen ausfetten und den Backofen auf 220°C vorheizen. Nach der Ruhezeit die Masse in die Förmchen füllen Schlagobers und Käse darauf verteilen und circa 20 – 25 Minuten ausbacken.

Tipp

Buchweizen-Gnocchi passen sehr gut zum Braten bzw. zu allem Fleisch, was mit Sauce serviert wird. Aber auch mit einer Käse-Sahne-Sauce genießt man die Gnocchi vegetarisch.