

KARTOFFEL- GNOCCHI

REZEPT FÜR 2 PORTIONEN

Zutaten:

82 g **Mevalia Potato Puree**
20 g **Mevalia Bread Mix**
10 g **Mevalia Egg Replacer**
75 ml Milchersatz-Pulver*
100 ml Wasser
20 g Butter
6 g Salz
1 Msp. Muskatnuss
Samenöl zum frittieren



Zubereitung:

Mevalia Egg Replacer abwägen, 40 ml Wasser dazugeben und zu einer homogenen Masse verrühren. Die Butter in kleine Würfel schneiden.

Mevalia Potato Puree, Mevalia Bread Mix, Mevalia Egg Replacer, Milch, Wasser, Butter, Salz und Muskatnuss vermischen bis ein klebriger Teig entsteht.

Den Teig auf eine mit Bread Mix bemehlte Arbeitsfläche geben und portionsweise zu

Strängen formen. Mit einem scharfen Messer in mundgerechte Stücke schneiden und anschließend über eine Gabel rollen, damit die Gnocchi die typische Form erhalten. In einem großen Topf reichlich Wasser erhitzen und salzen. Die Gnocchi hineingeben und nur solange kochen, bis sie an der Wasseroberfläche schwimmen. Abseihen und mit Sauce nach Wahl servieren.

Mevalia | LOW
PROTEIN

Nährwertangaben:	Pro Portion
Energie	147,1 kcal
Fett	4,8 g
Kohlenhydrate	25 g
Eiweiß	1,0 g
Phenylalanin	46,1 mg
Tyrosin	53,6 mg
Leucin	67,3 mg

*berechnet mit Milchersatzpulver mit 0,4g Eiweiß pro 100ml