**Süßkartoffel-Gnocchi**

 **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Zutaten für 4 Personen:**

600 g Süßkartoffeln

250 g Kirschtomaten

1 Bund Rucola

30 g Parmesan

20 g Pistazien

Salz

1 Ei (Größe M)

175 g Mehl

2 EL Olivenöl

Pfeffer

**1.** Süßkartoffeln waschen und zugedeckt in reichlich Wasser ca. 20 Minuten kochen. Abgießen, unter kaltem Wasser abschrecken und pellen. Kartoffeln noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken und 10-15 Minuten abkühlen lassen.

**2.** Inzwischen Tomaten waschen und halbieren. Rucola putzen, waschen und abtropfen lassen. Parmesan grob reiben. Pistazien grob hacken.

**3.** Kartoffelmasse mit ca. 1 TL Salz bestreuen, Ei und Mehl mit den Knethaken des Handrührgerätes nach und nach unter die Süßkartoffel-Masse kneten. Diese auf gut bemehlter Arbeitsfläche zu länglichen Rollen (ca. 2 cm Durchmesser) formen und in ca. 1 ½ cm lange Stücke schneiden. Mit einer Gabel leicht flachdrücken.

**4.** Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Gnocchi portionsweise in leicht siedendem Wasser ca. 5 Minuten garen. Wenn sie oben schwimmen, mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**5.** Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Gnocchi darin rundherum goldbraun braten. Tomaten zufügen und kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf 4 Tellern verteilen. Mit Rucola, Parmesan und Pistazien bestreut servieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 45 Minuten

**Nährwertangaben pro Portion:**

Energie: 466 kcal / 1950 kJ

Eiweiß: 13,1 g

Fett: 13,8 g

Kohlenhydrate: 70,7 g

BE: 5,9 • BE/100g: 1,8