



Eenpansgnocchi met feta

met venkel en tomaten-kappertjessaus



ca. 25min



2 personen

Met gnocchi op het menu kun je eigenlijk nauwelijks de fout ingaan. Het enige nadeel is dat je he-le-maal een tweede pan op het vuur moet zetten om ze klaar te maken. Althans, dat dachten we. Wat blijkt, je kunt gnocchi ook heel goed in een eenpansgerecht verwerken. De gnocchi van vandaag - gemaakt van aardappel en erwt - is met venkel en tomaten-kappertjessaus en je hebt er maar één pan voor nodig. Wat wil een mens nog meer?

Wat je van ons krijgt

- 1 venkel
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 2 tomaten
- 1 blikje biologische tomatenpuree
- 1 zakje kappertjes
- 1 zakje chilivlokken
- 400g aardappel-erwtengnocchi¹
- 100g feta⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie

Kookgerei

- grote koekenpan
- waterkoker
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 763kcal, vet 29.0g, koolhydraten 95.6g, eiwit 26.3g



1. Venkel snijden

Verwijder de harde stronk van de **venkel** en houd eventueel aanwezig **venkelloof** achter. Snijd de **venkel** in de lengte doormidden en dan in reepjes. Pel en hak de **ui** fijn.



2. Venkel bakken

Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 2el olijfolie. Voeg de **ui**, **venkel** en ½tl zout toe en bak 4-6min, tot de **ui** zacht en glazig is.



3. Tomaten snijden

Breng 225ml water aan de kook in een waterkoker. Pel en snijd de **knoflook** in dunne plakjes. Snijd de **tomaten** in blokjes.



4. Tomatenpuree bakken

Voeg de **tomatenpuree**, **knoflook**, de **helft van de kappertjes**, **¼ van de chilivlokken** (of meer naar smaak) en een snuf suiker en peper toe aan de **venkel**. Bak ca. 2min, tot de **tomatenpuree** donkerrood is.



5. Gnocchi garen

Voeg de **gnocchi** toe en schenk het gekookte water erbij. Laat 2-4min pruttelen en roer regelmatig zodat de **gnocchi** niet aanbakt.



6. Tomaten toevoegen

Neem de pan van het vuur zodra de **gnocchi** gaar is en voeg de **tomaat** en de **rest van de kappertjes** toe. Proef of je nog peper en zout wil toevoegen en verdeel de **gnocchi** over de borden. Verkrummel de **feta** erover en bestrooi met het **venkelloof**.