

DINNERLY



Gnocchi in romige gehaktsaus met courgette, wortel en tijm



ca. 25min



2 personen

Fijne gnocchi in een romige saus van crème fraîche – oh, wat wordt dat lekker vandaag. We rullen gehakt en voegen courgette, wortel en aromatische tijm toe aan de saus, zodat dit gerecht heerlijk voedzaam, vullend en geurig wordt.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 500g gnocchi ¹
- 1 courgette
- 1 wortel
- 200g rundergehakt
- 5g verse tijm
- 1 zakje runderbouillonpoeder
- 1 kuipje crème fraîche ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el boter ⁷
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan met deksel
- keukenrasp
- maatbeker
- vergiet

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 954kcal, vet 48.2g, koolhydraten 92.2g, eiwit 35.9g



1. Groente voorbereiden

Breng ruim gezouten water voor de **gnocchi** aan de kook in een middelgrote kookpan. Rasp de **courgette** grof. Schrob of schil de **wortel**, snij 'm in de lengte doormidden en dan overdwars in heel dunne plakjes. Pel 1 teen knoflook en snij fijn.



2. Saus opzetten

Verhit een grote koekenpan met 2tl olijfolie op medium tot hoog vuur. Bak het **gehakt** met een snuf peper en zout in 2-3min rul. Voeg de **courgette**, knoflook, 1el boter en een snuf peper en zout toe en bak 4-5min tot de **groente** zacht wordt en het vocht verdampt is.



3. Saus koken

Voeg de **wortel**, de **tijm met steeltjes** en de **helft van het bouillonpoeder** toe aan de pan en giet er 300ml water bij. Breng aan de kook, leg een deksel op de pan en laat 7-9min zachtjes koken, tot de **wortel** zacht is. Proef en breng op smaak met peper en zout.



4. Gnocchi koken

Voeg de **gnocchi** toe aan het kokende water en kook 2-3min tot ze boven komen drijven – nu zijn ze gaar. Laat uitlekken in een vergiet.



5. Saus op smaak brengen

Vis de **tijm** uit de pan. Roer de **crème fraîche** door de **saus**, schep de **gnocchi** erdoor en kruid naar smaak met peper en zout. Verdeel de **gnocchi** met **saus** over diepe borden en serveer.



6. Bosje tijm

Als je geen zin hebt om in de saus naar takjes tijm te zoeken, kun je ze voordat je ze toevoegt eerst met een stukje keukentouw aan elkaar binden.