

DINNERLY



Gebakken gnocchi met kipreepjes en broccoli en zelfgemaakte pesto



ca. 25min



2 personen

Bij Dinnerly proberen we vaak afwisseling met efficiëntie te combineren. Dit recept is daar een perfect voorbeeld van: veelkleurige ingrediënten met allerlei smaken, texturen en voedingsstoffen, én het is ontzettend makkelijk te bereiden. Daarnaast is het ook gaaf zelf een snelle pesto te maken. Simpel, gezond en natuurlijk errûg lekker – wat wil je nog meer?

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1x broccoli
- 1 rode ui
- 500g gnocchi¹
- 1 kipfilet
- 1 blokje harde kaas⁷
- 10g verse basilicum

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef of vergiet
- staafmixer met beker

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 874kcal, vet 32.5g, koolhydraten 90.7g, eiwit 50.8g



1. Groenten snijden

Breng 800ml licht gezouten water aan de kook in een middelgrote kookpan. Snij de **broccoli** in kleine roosjes (zie ook de foto) en snij de stronk in dunne plakjes van ca. 0,5cm dik. Pel en halveer de **ui** en snij 'm in dunne halve ringen. Pel 2 tenen knoflook en snij ze in dunne plakjes.



2. Gnocchi bakken

Verhit een grote koekenpan of wok met 2-3el olijfolie. Bak de **gnocchi** 6-8min op hoog vuur tot deze goudbruin en een beetje knapperig wordt. Schep de **gnocchi** uit de pan en zet afgedekt opzij.



3. Broccoli koken

Voeg de **broccoli** toe aan het kokende water en kook in 4-5min beetgaar. Laat de **broccoli** uitlekken in een zeef of vergiet. Dep de **kip** droog met keukenpapier en snij het **vlees** in reepjes van 0,5-1cm breed. Kruid de **kip** met een flinke snuf peper en zout.



4. Pesto maken

Rasp de **kaas** grof. Snij de **basilicum mét steeltjes** in grove stukken. Pak de staafmixer en een hoge beker en pureer de **helft van de kaas**, de **basilicum**, 2-3el olijfolie en 1-2el water tot een fijne pesto. Voeg naar smaak peper en zout toe.



5. Vlees bakken

Verhit opnieuw 1el olijfolie in de **gnocchi**pan. Bak de **ui** en **kip** 2-3min op hoog vuur. Voeg de knoflook en **gnocchi** toe en bak het geheel nog eens 2min. Voeg naar smaak peper en zout toe. Verdeel het mengsel samen met de **broccoli** over de borden, besprenkel met de **pesto** en bestrooi met de rest van de **kaas**.



6. Meer bite, meer bite!

Als je de gnocchi niet hebt laten aanbranden zou dit gerecht aardig zacht moeten zijn. Voor iets meer bite kun je een handje walnoten of een half zakje pijnboompitten roosteren in een droge pan. Verdeel ze samen met de pesto en kaas over de borden.