



## Snelle ġnocchi in salie-limoenboter

met pompoen en boterbonen

Op drukke dagen is er niets zo verwarmend als een kom ġnocchi (spreek uit als njokkie). Dit recept, met romige salie-limoenboter, pompoen, boterbonen en spinazie, brengt comfort en smaak samen in een snel te bereiden gerecht. Voedzaam maar ook erg lekker!

20 min | 632 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten te sparen door je recepten te bekijken via onze mobiele website*



**ekomenu**  
VOEL JE LEKKER

## BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

1P 2P 3P 4P

Ui	<b>st</b>	0.5	1	1	2
Knoflookteen	<b>st</b>	0.5	1	2	2
Verse salie	<b>st</b>	0.5	1	1	2
Gesneden pompoen	<b>g</b>	100	200	400	400
Spinazie	<b>g</b>	125	250	300	500
Boterbonen	<b>g</b>	100	200	300	400
Limoen	<b>st</b>	0.25	0.5	0.75	1
Verse gnocchi	<b>g</b>	200	400	600	800

*zelf toevoegen:*

Olijfolie	<b>el</b>	0.5	1	1.5	2
(vegan) boter	<b>el</b>	0.5	1	1.5	2
Zout en peper					

*\*Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

## BEREIDINGSWIJZE

1. Pel en snipper de ui en knoflook. Hak de salie fijn. Verhit olijfolie in een pan en fruit de sjalot en knoflook 2 minuten. Voeg de gesneden pompoen en de helft van de salie toe en bak nog 3-4 minuten. Zet dan het vuur zacht.
2. Breng water aan de kook met een snuf zout en kook de gnocchi 2-3 minuten. Schep daarna de gnocchi uit de pan. Bewaar wat kookwater in een kommetje, giet dit bij de pompoen en laat afgedekt 8-10 minuten pruttelen tot de pompoen gaar is.
3. Spoel de spinazie goed onder de kraan, laat uitlekken en snijd klein. Spoel de boterbonen in een zeef onder de kraan en laat goed uitlekken. Verwarm de boterbonen en spinazie met de pompoen mee.
4. Verwarm de boter met limoenrasp en -sap en de overgebleven salie in een pan. Bak de voorgedroogde gnocchi in deze salie-limoenboter. Doe de groente erbij en schep alles goed door elkaar.

*Tip: Het is ook lekker om wat salie blaadjes knapperig te bakken in olie.*

Biologisch



info@ekomenu.nl  
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze  
nieuwsbrief

