



Groene ġnocchi

met waterkers-spinaziepesto en limoen

Het is heel erg groen, maar ook heel erg lekker. Krokante ġnocchi, groene groente en een belachelijk lekkere waterkerspesto met limoen en hazelnoten. De perfecte maaltijd voor een fijne dag. En dat in 20 minuten op tafel!

20 min | 745 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
Prei	<i>st</i>	1	2	2	3
Spinazie	<i>g</i>	75	150	225	300
Knoflookteen	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Gnocchi	<i>g</i>	200	400	600	800
Waterkers	<i>g</i>	25	50	75	100
Hazelnoten	<i>g</i>	15	25	25	40
Limoen	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie extra vierge	<i>el</i>	2	4	6	8
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. Halveer de prei in de lengte, spoel onder de kraan en snijd klein. Was de spinazie en verwijder eventuele harde steeltjes. Pel en snipper de knoflook.
2. Verwarm 1/3 van de olie in een ruime bakpan en bak de gnocchi 3-4 minuten. Voeg de knoflook en prei toe en bak nog eens 3-4 minuten. Doe 3/4 van spinazie erbij en laat slinken. Zet het vuur laag.
3. Maak intussen de pesto. Stop de waterkers (met steeltjes!), de rest van de spinazie, hazelnoten, limoenrasp en -sap en de overgebleven olijfolie (extra vierge) in een hakmolen of in een maatbeker. Hak of mix er met een staafmixer een pesto van. Kruid met zout en peper.
4. Schep de gnocchi met de groente uit de pan en verdeel de pesto over het gerecht.

Tip: Je kunt de gnocchi ook apart bakken. Dan blijft het lekker krokant.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

