

Gnocchi Pfanne mit Lachs und Brokkoli



500 g Gnocchi kaufen oder selber machen
400 g TK Brokkoli
200 g Lachsfilet
150 ml Sahne / Cremefine
150 ml Nudelwasser
1 Knoblauchzehe
30 g Cashewkerne
1 TL Butter
n.B. Salz
n.B. Pfeffer
1 Prise Muskat
½ TL getrockneter Majoran

1. Cashewkerne in einer Pfanne ohne Öl oder in einem Backofen für ca. 10 Minuten bei 180 °C goldbraun anrösten.
2. TK Brokkoli in der Mikrowelle in einem Mikrowellentopf garen. Mit einem Schuss Wasser darin ca. 6 Minuten bei 600 Watt garen, danach ggf. in kleine Stücke schneiden.
3. Lachsfilet in mundgerechte Stücke schneiden; Knoblauch klein schneiden.

Zubereitung

1. Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen lassen und Knoblauch sowie Lachs darin auf mittlerer Stufe langsam anbraten.
2. Jetzt die Gnocchi in einem Topf mit gesalzenem Wasser solange kochen lassen, bis sie oben schwimmen. Bei mir sind das ca. 3 Minuten.
3. Währenddessen Sahne oder Cremefine, Nudelwasser und Brokkoli in die Pfanne hinzugeben und die Hitze erhöhen, damit alles aufkocht.
4. Muskat, etwas frisch gemahlenen Pfeffer, und Majoran hinzugeben.
5. Gnocchi direkt aus dem Topf in die Pfanne geben und für ca. 2-3 Minuten ziehen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Bei Bedarf kannst du gerne etwas mehr Nudelwasser hinzugeben, sodass du noch mehr Soße bekommst.
7. Zum Schluss Cashewkerne drüber streuen.