

Gnocchi mit Poulet, Broccoli und Ricotta



Gnocchi, Poulet, Broccoli und Ricotta – viel mehr braucht man nicht für ein ausgewogenes Gericht.

Zutaten Für 4 Personen

400 g Pouletbrüstchen
1 Zitrone
1 Esslöffel Rapsöl oder Olivenöl
400 g Broccoli
1 Zwiebel
1 Peperoncino
2 dl Milch
100 g Ricotta
Salz
600 g Kartoffelgnocchi frisch, siehe Rezept-Tipp
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
50 g Reibkäse

Die Pouletbrüstchen in kleine Würfel schneiden. In eine Schüssel geben. Die Schale der Zitrone fein dazureiben. 1 Esslöffel Saft auspressen und beifügen, das Öl ebenfalls dazugeben. Alles gut mischen.

Den Broccoli in Röschen teilen und diese anschliessend in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Peperoncino der Länge nach halbieren, entkernen und fein hacken.

In einem Becher die Milch und den Ricotta verrühren.

In einer grossen Pfanne reichlich Salzwasser für die Gnocchi aufkochen.

Eine beschichtete Bratpfanne leer kräftig erhitzen. Das Pouletfleisch leicht salzen und bei mittlerer Hitze rundum etwa 2 Minuten anbraten. Das Fleisch auf einen Teller geben. Dann die Zwiebeln und den Peperoncino in die Pfanne geben, leicht salzen und kurz andünsten. Den Broccoli beifügen und alles nochmals 5 Minuten dünsten.

Gleichzeitig die Gnocchi im kochenden Salzwasser nach Packungsangabe garen.

Die Ricotta-Milch zum Broccoli geben, alles kurz aufkochen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Die Pouletwürfel beifügen und nur noch heiss werden lassen.

Die Gnocchi abschütten und sofort mit der Poulet-Broccoli-Sauce mischen. In vorgewärmten tiefen Tellern anrichten und mit dem Reibkäse bestreuen.

Frische vorgekochte Gnocchi findet man bei den Grossverteilern im Kühlregal. Es gibt die klassischen, oval geformten Gnocchi oder auch kleine, sogenannte Gnocchetti, die eher wie kleine Kissen aussehen. Welche Sorte man für unser Rezept verwendet, spielt aber keine Rolle.