

Gnocchi-Pfanne mit Kürbis

Zutaten für 4 Portionen:

- 500 g Kürbis
- 600 g Gnocchi (aus dem Kühlregal)
- 1 Knoblauchzehe
- 250 ml [Gemüsebrühe](#)
- 100 g Frischkäse (wir nehmen Exquisa Fitline 0,1% Fett)



Topping-Idee:

- Granatapfel
- Petersilie (gehackt)

Zum Anbraten

- 2 TL Kokosöl

Arbeitszeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 10 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 20 Minuten

Zubereitung:

1. Wasche den Kürbis und schneide ihn in Würfel. Schäle die Knoblauchzehe.
2. Erhitze in einer Pfanne 1 TL Kokosöl, gib den Kürbis hinein und presse den Knoblauch dazu. Brate ihn 5 Minuten an.
3. Gieße die Gemüsebrühe dazu und rühre den Frischkäse ein.
4. Brate die Gnocchi in 2 TL Kokosöl an und mische sie unter die Kürbispfanne.
5. Serviere die Gnocchi-Pfanne mit Kürbis mit gehackter Petersilie und Granatapfelkernen.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

