

## Kürbis Gnocchi

### Zutaten

<b>500 g</b>	Hokkaido
<b>300 g</b>	Kartoffel
<b>180 g</b>	Schwarzer Emmer Vollkornmehl <i>(oder ein anderes Ur-Vollkornmehl)</i>
<b>50 g</b>	Schwarzer Emmer Grießmehl
<b>20 g</b>	Speisestärke
<b>1</b>	Ei
<b>1 TL</b>	Salz
	Muskat
	Salbeiblätter
	Butter zum Anbraten
	Parmesan



### Zubereitung

- Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Kürbis entkernen und in Stücke schneiden + Kartoffel schälen und ebenfalls in Stücke schneiden.
- Kürbis und Kartoffel auf ein Backblech mit etwas Öl geben und für 30 min in den aufgeheizten Ofen schieben.
- Nach 30 min den Kürbis und die Kartoffel aus dem Ofen nehmen (muss weich sein) und mixen/pürieren.
- Die Masse etwas abkühlen lassen.
- Vollkornmehl, Grieß, Speisestärke, Ei, Salz und Muskat zur Masse hinzugeben und alles miteinander vermengen.
- Den Teig entweder zu einer Rolle formen und mundgerechte Stücke abtrennen oder einzelne Kügelchen formen.  
*(Wer möchte kann mit einer bemehlten Gabel Rillen eindrücken)*

- Wasser in einem Kochtopf zum Kochen bringen und Salz hinzugeben.
- Gnocchi in das kochende Wasser geben (*immer nur so viele, dass der Boden des Topfes bedeckt ist*)
- Die Gnocchi sind fertig, wenn sie an der Oberfläche schwimmen.
- Gnocchi mit einem Schaumlöffel herausnehmen, kurz im kalten Wasser abschrecken und umfüllen.
- Die fertigen Gnocchi können nun in Butter angebraten werden und parallel der Salbei.
- Am Ende noch etwas Parmesan darüber und fertig sind deine selbstgemachten Gnocchi!