

BURGONYÁS GNOCCHI

2
ADAG

Hozzávalók:

- 100 g főtt burgonya
- 20 g Mevalia Bread Mix
- 10 g Mevalia tojánhelyettesítő por
- 75 ml tejhelyettesítő
- 100 ml víz
- 20 g vaj
- 6 g só
- Egy csipet szerecsendió

Elkészítés:

1. Keverjük ki a Mevalia tojánhelyettesítő port 40ml vízzel
2. A burgonyát megtisztítjuk, felkockázzuk és megfőzzük. Ha megpuhult, szűrjük le, hagyjuk kicsit kihűlni, majd törjük össze. Vágjuk a vajat is apró kockákra. Dolgozzuk össze az összetört burgonyát, a Mevalia Bread Mix-et, a vízzel készre kevert Mevalia tojánhelyettesítő port, tejet, vajat, sót és szerecsendiót egy kissé ragacosabb tésztává
3. Osszuk kisebb darabokra a tésztát és helyezzük őket a Mevalia Bread Mix liszttel meghintett munkafelületre
4. A feldarabolt tésztából sodort rudakat vágjuk kis darabokra, majd belisztezett villával alakítsuk ki a jellegzetes bordákat a gnocchin
5. Ne hagyjuk túl sokáig állni, lobogva forró sós vízben főzzük őket készre, amíg föl nem úsznak a víz tetejére
6. Lecsepegtetjük, majd tetszés szerinti szósszal tálaljuk

Teljes adag	Energia - 1 158 kcal	Fehérje - 3,9 g	Phe - 185 mg
1 adag	Energia - 579 kcal	Fehérje - 1,7 g	Phe - 85 mg