

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
534 kcal

KOHLLENHYDRATE
69,9 g

FETT
6,6 g

EIWEISS
46,1 g

BALLASTSTOFFE
6,3 g

Gnocchi mit Thunfisch & Zucchini

Zubereitung (15 Min.)

1. Zucchini waschen und in feine Scheiben schneiden. Thunfisch abgießen, Basilikumblätter vom Stiel entfernen und in Streifen schneiden.
2. Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Zucchini zusammen mit den Gnocchi etwa 5 Minuten anbraten.
3. Thunfisch, Brühe und Basilikum zugeben und heiß werden lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren.

Zutaten

200 g Gnocchi, aus dem Kühlregal
1 Zucchini (ca. 210 g)
etwas Butter, zum Braten
1 Dose Thunfisch, in eigenem Saft (150 g)
50 ml Gemüsebrühe
3 Stiele Basilikum
Salz
Pfeffer