

MARÍA

PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Gnocchis caseros

15min · 4 raciones · 431 kcal

Ingredientes

MASA

- **500 gr** patatas
- **1** huevo
- **200 gr** harina trigo
- Sal

SALSA

- Tomates cherry
- Espinacas
- Ricotta
- Sal
- Pimienta
- Queso rallado

POR RACIÓN

Proteínas	**19 g**
Grasas	**10 g**
Hidratos	**66 g**
Fibra	**5,8 g**

Elaboración

MASA

1. Limpiamos las patatas de tierra y las cocemos en cazuela o en olla express 15 minutos
2. Pelamos y añadimos las patatas en un bol y chafamos, tapamos con un trapo y dejamos atemperar
3. Incorporamos el huevo y la sal e integramos
4. Enharinamos la encimera, echamos la bola de patata y comenzamos a echar la harina y vamos integrándola
5. Dividimos la masa en 4 porciones y vamos haciendo churros y cuando los tengamos al grosor de nuestro gusto, cortamos
6. Le damos forma con el tenedor (o con un instrumento de madera) y dejamos en un recipiente con harina para que no se peguen

COCCIÓN

7. Ponemos agua hirviendo y echamos los gnocchis de pocos en pocos
8. Cuando floten los sacamos a una fuente con aove para evitar que se peguen entre ellos

SALSA

9 Cuando esté todo integrado ponemos los gnocchis y después un poco más de queso rallado

RECOMENDACIONES

Usar patata de variedad harinosa (monalisa) y cuanto más vieja mejor. Importante que el núcleo de la patata esté bien cocido.