Difficulté : Facile Temps de préparation : 10min Temps de cuisson : 10min



GNOCCHIS AUX LÉGUMES ET PARMESAN

Un plat léger et gourmand où le fondant des gnocchis se marie au croquant des légumes

- **Les Gnocchis** sont réalisés par **Stéphane des Pâtes Fraîches**
- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.

LES INGRÉDIENTS



Gnocchis
125g



Poireau
1



Courgette
1



Gousse d'ail
1



Persil
1



Crème liquide
1



Parmesan râpé
10g

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Beurre



Huile d'olive



Sel & poivre
à votre convenance

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Lavez et coupez la courgette en petits dés. Émincez le poireau. Hachez l'ail finement.

ÉTAPE 2

Dans une poêle, chauffez un filet d'huile d'olive à feu moyen. Ajoutez l'ail et le poireau, faites revenir 2 minutes. Ajoutez ensuite la courgette , poursuivre la cuisson encore 5 minutes. Assaisonnez avec du sel, du poivre et du persil.

ÉTAPE 3

Faites cuire les gnocchis dans de l'eau bouillante salée environ 2mn jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface. Egouttez et réservez sur un torchon propre.

ÉTAPE 4

Pour que les gnocchis soient bien dorés: Utilisez une poêle bien chaude avec un filet d'huile d'olive ou une noisette de beurre. Assurez-vous que la poêle soit bien chaude avant d'ajouter les gnocchis. Disposez -les en une seule couche et évitez de trop les remuer au début. Laissez -les cuire sans toucher pendant 2 à 3 minutes pour qu'ils forment une belle croûte dorée sur toutes les faces

ÉTAPE 5

Ajoutez les gnocchis aux légumes dans la poêle, bien mélanger pour qu'ils s'imprègnent des saveurs. Incorporer la crème laissez mijoter 2 minutes. Parsemer de parmesan avant de servir.

ÉTAPE 6

Dégustez



CONSEILS ET ASTUCES

Vous pouvez parsemer de quelques noix pour le croquant.