

# Sárgarépás gnocchi sajtszósszal

Nagy kedvencem a gnocchi, mint, ahogy minden tészta étel. Az ötletet **EZ a recept** adta, csak édesburgonya helyett sárgarépával készítettem, mert.... mert azt is imádom : ) A sajtszósz pedig csak úgy jött.... volt két tojás sárgája, fel kellett használni : )

Még több gnocchi recept **ITT**.

Hozzávalók a gnocchihoz:

150 g reszelt sárgarépa

100 g **Szafi Free nokedli lisztkeverék**

só

30 g víz

A sajtszószhoz:

2 tojássárgája

50 g tejföl

80 g reszelt sajt

só, bors, szerecsendió, metélőhagyma

kb. 1 dl víz

A megtisztított sárgarépát karikára vágjuk, puhára főzzük. Krumplinyomóval összetörjük, majd hozzáadjuk a lisztet, sót, vizet és összegyúrjuk. Hengereket sodrunk belőle, felszeleteljük, villával összenyomjuk, majd forrásban lévő sós vízben kifőzzük.

A sajtszószhoz a sajt kivételével, kézi habverővel elkeverjük a hozzávalókat, majd alacsony hőfokon, folyamatosan kevergetve összefőzzük. Végül belekeverjük a reszelt sajtot.

Szénhidrát és kalória:

A gnocchi összesen 80 g ch és 405 kcal.

A szósz összesen 1-2 g ch és 430 kcal.

2 adagra osztva, 1 adag: 41 kcal és 418 kcal.

A Facebook-on itt találsz meg: **fittkonyha.info**

