

Gnocchi zapiekane z cukinią i szpinakiem

Wskazówki

- Czas przygotowania: 25 minut
- 3 porcje
- Wartość odżywcza 1 porcji: 529 kcal \ B-16 g \ T-18 g \ W-72 g \ Bł-4 g
- Wartość odżywcza 100 g dania: 95 kcal \ B-3 g \ T-3 g \ W-13 g \ Bł-1 g

Składniki

- ✓ gnocchi – 1 opakowanie (600 g)
- ✓ szpinak, świeży – 4 garście (100 g)
- ✓ cukinia – 1 sztuka (400 g)
- ✓ pomidory krojone w puszcze – 1 opak. (400 g)
- ✓ śmietanka 30% – 1/2 opakowania (100 g)
- ✓ suszone pomidory z bazylią – 2 łyżeczki (8 g)
- ✓ sól – 1/2 łyżeczki (3 g)
- ✓ pieprz – 1/3 łyżeczki
- ✓ czosnek granulowany – 1/4 łyżeczki
- ✓ papryka słodka – 1/2 łyżeczki
- ✓ papryka ostra – 1/4 łyżeczki
- ✓ ser mozzarella, tarty – 2 garście (60 g)

Przygotowanie

1. Do naczynia żaroodpornego przełóż surowe gnocchi (gotowe, z dobrym składem jest dostępne w lodówkach w każdym większym sklepie), pokrojony szpinak i cukinię.
2. W miseczce wymieszaj krojone pomidory, śmietankę, przyprawę. Zalej wszystkie składniki.
3. Całość posyp startym serem. Zapiekaj 20-25 minut w 200C

Źródło: <https://www.odzywiasiedzdrowo.pl/gnocchi-zapiekane-z-cukinia-i-szpinakiem/>