

# Gnocchipfanne



## Zutaten:

für 2 Personen

- ca. 300-400 g Gnocchi
- 2 Kalbsschnitzel
- 6 grüne Spargel
- 300 ml Veloutés
- Weißwein zum ablöschen (optional)
- 1/2 Zwiebel (Schalotte)
- 2 Hände voll Spinatblätter
- etwas Öl
- Salz & Pfeffer

## Zubereitung:

Den Spinat waschen und abtropfen lassen, die Zwiebel schälen und klein würfeln. Den Spargel waschen und unten abschneiden. Die Kalbsschnitzel waschen, trocken tupfen und in kleine Streifen schneiden.

Eine große Pfanne nehmen und etwas Öl erhitzen. Die Kalbsstreifen in die Pfanne geben und kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und auf die Seite stellen. Wieder etwas Öl hinein geben und die Zwiebelwürfel mit dem Spinat zusammen andünsten. Wenn der Spinat zusammen gefallen ist und die Zwiebel glasig ist mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend die Kalbsstreifen wieder hineingeben und alles zusammen kurz in der Pfanne schwenken.

Mit einem Schußweine ablöschen und mit der Veloutés auffüllen. Nun die Zutaten in der Pfanne ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen.

In einer zweiten Pfanne die Gnocchis anbraten und in die Pfanne mit den anderen Zutaten geben. Die grüne Spargel ebenfalls in der zweiten Pfanne anbraten. Eine Prise Zucker über die Spargel geben sobald Sie goldbraun angeröstet sind. Mit Salz und Pfeffer würzen und noch kurz in der Pfanne ziehen lassen.

Auf einen Teller die Gnocchipfanne anrichten und die grüne Spargel oben auf legen.

# Veloutés

## Mehlschwitze

Eine Mehlschwitze ist nicht nur die Basis einer Veloutés sondern mit dieser kann ich auch jede Art von Sauce abbinden. Je dunkler die Sauce umso länger sollte das Mehl dabei anschwitzen. Bei einer braunen Sauce benutzt man geklärte Butter damit diese beim rösten nicht verbrennt.

- 1.Schritt: Für eine helle Mehlschwitze wird die Butter in einem Topf bei schwacher Hitze zerlassen.
- 2.Schritt: Wenn die Butter völlig geschmolzen ist die gleiche Menge an Mehl auf einmal dazugeben. -> Butter:Mehl = 1:1
- 3.Schritt: Mit einem Schneebesen das Mehl nun unter die Butter rühren bis eine glatte Mischung entstanden ist.
- 4.Schritt: Das Mehl-Butter-Gemisch bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren ca. 2-3 Minuten anschwitzen.
- 

Sollten sich in der Mehlschwitze kleine Klumpen eingeschlichen haben, dann nicht verzweifeln, diese würden wir spätestens beim passieren wieder herausfiltern.

Im nächsten Schritt stellen wir nun unsere Sauce für das jeweilige Gericht her. Für eine Fischsauce nehmt ihr eine Fischfond, Gemüsesauce = Gemüsefond, usw. Wer gerne beim Fisch z.B. eine Rieslingsauce bevorzugt kann ein Teil des Fonds mit Riesling ersetzen. So erhaltet ihr einen Grundgeschmack. Dies lässt sich ebenfalls wieder mit jeder Art von Sauce beliebig ersetzen.

## Zubereitung Veloutés:

Für diese weiße Grundsauce benötigt Ihr folgende Zutaten:

- 20 g Butter
- 20 g Mehl
- 250 ml Sahne
- 1/2 Liter Fond (Gemüse-,Kalb-, Fisch-,Rinder-, Geflügelfond)
- Salz & Pfeffer

- 1.Schritt: Die Butter in einem Topf bei schwacher Hitze zerlassen.
- 2.Schritt: Wenn die Butter völlig geschmolzen ist das Mehl hinzugeben.
- 3.Schritt: Mit einem Schneebesen das Mehl nun unter die Butter rühren bis eine glatte Mischung entstanden ist.
- 4.Schritt: Das Mehl-Butter-Gemisch bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren ca. 2-3 Minuten anschwitzen.
- 5.Schritt: den kalten Fond hinzugeben und die Mischung glatt rühren, aufkochen lassen und ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen. Wenn Schaum an der Oberfläche entsteht diesen bitte abschäumen, das sind noch einige Trübstoffe aus dem Fond.
- 6.Schritt: Zum Schluss die Sahne hinzu geben und die fast fertige Veloutés bei ganz geringer Hitze minimal köcheln lassen und immer wieder dabei umrühren.
- 7.Schritt: Die Veloutés nun durch ein feines Sieb passieren um alle Klümpchen zu entfernen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.