



Pommes de terre Gnocchi aux épinards



1h15 **40 min** **5 min** **30 min** **217**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour **6** personnes

Ingrédients pour les gnocchi

250 g **Pousses d'épinard**
500 g **Pomme(s) de terre**
170 g **Maïzena**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
4 pincée(s) **Noix de
muscade**
15 g **Beurre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le façonnage des gnocchi

1 **Maïzena**

Étape 1

Préparation des gnocchi aux épinards

- 1 Oter les tiges des feuilles d'épinards à la main.
- 2 Laver les épinards dans un grand volume d'eau et les égoutter à l'aide d'une passoire.
- 3 Faire fondre le beurre dans une poêle et y plonger les feuilles d'épinards à l'aide d'une spatule.
- 4 Disposer les épinards dans une passoire et laisser égoutter pendant 10 min.
- 5 Presser les feuilles d'épinards de temps en temps à l'aide d'une spatule pendant l'égouttage permet d'enlever un maximum d'eau.
- 6 Faire cuire dans une casserole d'eau bouillante les pommes de terre avec la peau pendant 30 min.
- 7 Peler les pommes de terre à l'aide d'un couteau d'office.
- 8 Réduire en purée les légumes au dessus d'un saladier à l'aide d'un moulin à légumes.
- 9 Ajouter l'oeuf et la noix de muscade. Saler et poivrer.
- 10 Mélanger à la main puis incorporer la Maïzena.
- 11 La pâte obtenue doit être bien souple. S'il y a trop de Maïzena, elle deviendra pâteuse en bouche.
- 12 Placer la pâte au réfrigérateur pendant 20 min.

- 13 Placer la pâte au réfrigérateur lui permet de devenir plus dense.

Étape 2

Façonnage des gnocchi

- 1 Fariner une planche à découper.
- 2 Couper la pâte en quatre parts et les rouler en boudins.
- 3 Couper les boudins de pâte en petits rectangles à l'aide d'un couteau d'office.
- 4 Disposer les gnocchi sur un plan de travail fariné pour qu'ils n'accrochent pas. Les gnocchi sont prêts à cuire.
- 5 Les gnocchis se cuisent à l'eau bouillante salée pendant quelques minutes : ils sont cuits lorsqu'ils remontent à la surface.