



Accompagnements
Gnocchis naturels



2h40 **30 min** **2h10** **0** **297**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour les
gnocchis**

600 **Pomme(s) de terre**
80 g **Farine**
1 **Jaune(s) d'oeuf**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
2 c. à soupe **Huile
d'arachide**
1 **Fleur de sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des gnocchis

- 1 Enrouler les pommes de terre individuellement dans du papier aluminium et les placer directement au four à 190°C (Th.6-7) pendant environ 2 heures.
- 2 Une fois cuites, sortir les pommes de terre du four.
- 3 La pâte à gnocchi doit être réalisée immédiatement après avoir sorti les pommes de terre du four, pendant qu'elles sont encore chaudes.
- 4 Planter un couteau à l'intérieur des pommes de terre, si celui-ci en ressort facilement, elles sont cuites.
- 5 Éplucher les pommes de terre avec un couteau d'office et les passer dans le presse-purée.
- 6 Réserver la purée dans un saladier.
- 7 Retourner le saladier sur le plan de travail. Attention ce dernier doit être très propre. Ajouter le jaune d'œuf et l'huile d'olive.
- 8 Mélanger la pâte avec la spatule ou avec les mains. Ajouter la farine et pétrir.
- 9 Ajouter de la farine si sa consistance est trop collante. Former un boudin et couper des pâtons.
- 10 Avec chaque pâton, former des boudins d'environ 2cm

de diamètre puis découper les gnocchi.

- 11** Fariner les gnocchi pour éviter qu'ils ne collent les uns aux autres et réserver dans une assiette.
- 12** Faire chauffer une casserole d'eau pour les gnocchi et ajouter une pincée de sel.
- 13** Quand l'eau arrive à ébullition, plonger les gnocchi et laisser cuire.
- 14** Verser de l'huile d'arachide dans une poêle, saupoudrer de fleur de sel. Mettre sur feu moyen.
- 15** Quand les gnocchi remontent à la surface, les égoutter avec une écumoire puis les disposer dans la poêle.
- 16** Faire dorer les gnocchi. Ajouter du poivre et de la fleur de sel.