Platos vegetarianos

Ñoquis de espinaca y parmesano con aceite de pipas de calabaza.

Primer plato
Tipo de receta

30 Minutos
Preparación
20-30 Minutos

Media
Dificultad

Ingredientes para 4 personas

400g de harina
3 huevos
200g de espinaca al vapor
aceite de pipas de calabaza
nuez moscada recién molida
sal y pimienta recién molida
1 diente de ajo muy picado
queso parmesano (muy curado)

Preparación

Hervir las hojas de espinacas y cortarlas muy bien. Añadirle la harina, el ajo, las especias y el aceite de pipas de calabaza (2 ó 3 cucharadas) y amasar con cuidado. Con esta masa formar ñoquis con la ayuda de una cuchara. Después cocerlos en agua con sal, debe hervir. Los ñoquis estarán listos cuando suban a la superficie y se queden flotando (aprox. De 10 a 15 minutos), en ese momento se sacan. Poner un poco de aceite de pipas de calabaza en un plato precalentado y encima los ñoqui. Preparar el parmesano en láminas finas y espolvorear con abundante parmesano rallado.

Sugerencia: un acompañante ideal por su sabor y por su valor decorativo son las zanahorias y el apio cocidos al vapor. El acompañante perfecto en verano es una ensalada de tomate o de cogollos.

Fuente de la receta: Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. / Foto: Stefan Kristoferitsch