

Gnocchi senza patate al pesto di erbe aromatiche

Autore:

Data: 26 Maggio 2017



Prepariamo degli **gnocchi senza patate al pesto di erbe aromatiche** con poche calorie e adatti ad una dieta sana e gustosa.

Ricetta

1. Tagliate sottilmente le carote, le zucchine e i cipollotti
2. Fateli appassire in padella con poco olio e continuate la cottura con un po' d'acqua
3. Fate asciugare il liquido di cottura e frullate le verdure
4. Insaporitele con un pizzico di sale e noce moscata
5. Mescolate la farina in modo da ottenere un composto elastico e morbido
6. Tritate finemente le erbe aromatiche e grossolanamente i semi di girasole e i pinoli
7. Versate in una padella 2 cucchiari di olio e fatevi insaporire le erbe con il trito di semi
8. Ricavate un serpentello e fate con le mani gli gnocchi dall'impasto

9. Mettete a bollire una pentola d'acqua e cuocete velocemente gli gnocchi
10. Scolateli appena vengono a galla e saltateli con il pesto di semi ed erbe
11. Condite con foglie di basilico fresco!

Variante gustosa: potete aggiungere in cottura dei fagiolini scottati e condire con parmigiano.

Leggi anche:

- [Gnocchi di patata al tartufo e astice](#)
- [Gnocchi di zucca ricetta](#)

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/ricette/gnocchi-senza-patate-al-pesto-di-erbe-aromatiche/>

Generato il 20/04/2025