



Gnocchis con pollo a la italiana

en salsa de tomates cherry asados

<650 calorías • Cocíname primero

Cocinando: 15 min • Listo en: 30 min

1



Gnocchi



Pechuga de pollo



Tomate cherry



Nata líquida



Especias italianas



De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, azúcar.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, túrmix, sartén grande, jarra medidora.

Ingredientes

	2P	4P
Gnocchi* 13)	250 gramos	500 gramos
Pechuga de pollo*	2 unidades	4 unidades
Tomate cherry	125 gramos	250 gramos
Nata líquida* 7)	125 gramos	250 gramos
Espesias italianas	1 sobre	2 sobres
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	403 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2427/ 580	603/ 144
Grasas (g)	9,4	2,3
de las cuales saturadas (g)	5,2	1,3
Carbohidratos (g)	47,1	11,7
de los cuales azúcares (g)	5,3	1,3
Proteínas (g)	32,8	8,1
Sal (g)	1,9	0,5

Alérgenos

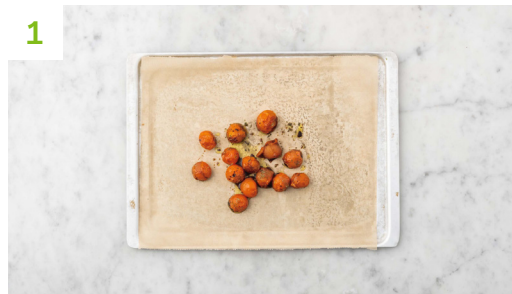
7) Leche 13) Cereales que contienen gluten.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

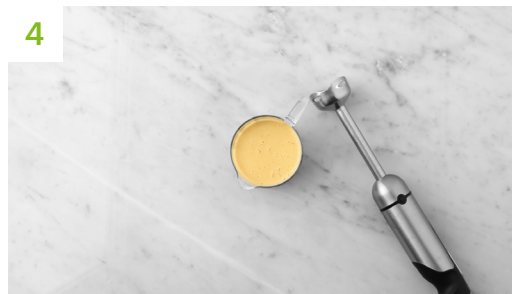
¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.

♻️ ¡Recíclame!



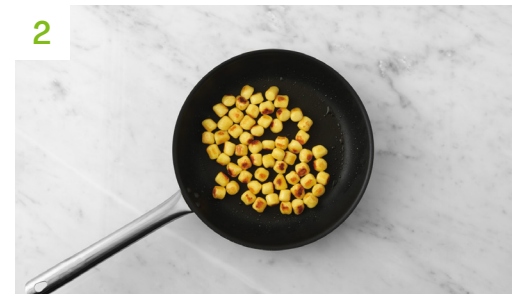
Hornea los tomates cherry

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Precalienta el horno a 200°C. Coloca los **tomates cherry** en una bandeja de horno con papel de horno junto con la mitad de **especies italianas** y un chorrito de **aceite**. **Salpimienta** y mezcla para que los **tomates cherry** queden aderezados. Hornea a media altura durante 15 min.



Prepara la salsa

Cuando los **tomates cherry** esten listos, colócalos en una jarra medidora. Añade la mitad de la **nata líquida** (doble para 4p), **salpimienta** y tritura con ayuda de un túrmix, hasta que quede una **salsa** cremosa.



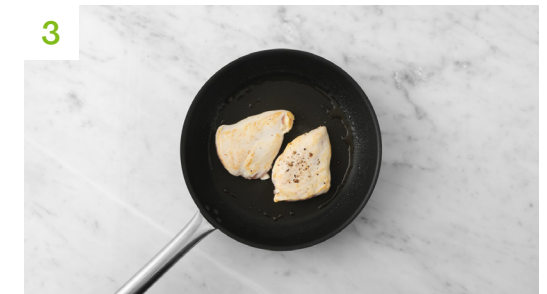
Saltea los gnocchi

En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Luego, agrega los **gnocchis** y cocina 4-5 min, removiendo ocasionalmente, hasta que estén dorados. Cuando estén listos, retira de la sartén.



Combina la salsa y los gnocchis

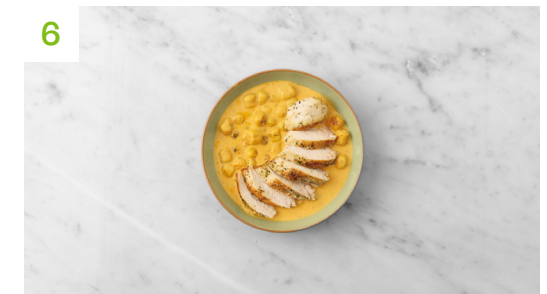
Agrega la **salsa de tomates cherry** a la sartén y calienta a fuego medio. Añade el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes) y cocina 1 min. Luego, agrega los **gnocchis** y cocina 1 min más, removiendo, para que los **gnocchis** queden cubiertos por la **salsa**. **Salpimienta** al gusto.



Cocina el pollo

En la misma sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, agrega las **pechugas de pollo**, **salpimienta** y cocina 3-4 min por lado, hasta que estén doradas y bien cocinadas en el interior. Una vez cocinadas, retira del fuego y agrega las **especies italianas** restantes sobre el **pollo**.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Emplata y disfruta

Corta las **pechugas de pollo** en tiras de 1 cm de ancho. Sirve los **gnocchis** con **salsa de tomates cherry** en la base de los platos y coloca la **pechuga de pollo** con **especies italianas** encima.

¡Que aproveche!