

Gnocchi mit Kräuterpesto: italienischer Frühlingssgenuss mit Kartoffeln

Hausgemacht, leicht und aromatisch – mediterrane Küche für zu Hause



Hausgemachte Gnocchi mit frischem Frühlingspesto bringen das italienische Flair direkt auf den Teller. Bildnachweis: KMG/die-kartoffel.de (bei Verwendung bitte angeben)

Berlin, 20. Mai 2026. Mit den ersten warmen Tagen wächst die Lust auf frische, leichte Küche. Hausgemachte Gnocchi mit Kräuterpesto bringen mediterranes Flair direkt nach Hause. Die zarten Kartoffelgnocchi verbinden sich mit aromatischen Kräutern zu einer einfachen, aber raffinierten Mahlzeit – wie ein kulinarischer Kurzurlaub nach Italien. Wie mit nur wenigen Zutaten und etwas Zeit ein vegetarisches Gericht entsteht, das den mediterranen Frühling geschmacklich auf den Teller zaubert, zeigt die Kartoffel-Marketing GmbH.

Vom antiken Teigklößchen zum italienischen Klassiker

Gnocchi haben eine lange Tradition: Bereits im antiken Rom wurden Teigklößchen aus Mehl, Eiern und Käse zubereitet. Erst nach der Einführung der Kartoffel in Europa veränderte sich die Zubereitung grundlegend und im 18. Jahrhundert entstanden in Norditalien die heute bekannten und beliebten Kartoffelgnocchi. Die neue Zutat machte den Teig besonders weich und luftig. Seitdem sind Kartoffelgnocchi fester Bestandteil vieler regionaler Rezepte als Beilage oder Hauptgericht und stehen bis heute für bodenständige, handgemachte Küche.

Frisches Pesto: Aroma und Leichtigkeit für den Frühling

Während die Gnocchi für eine angenehm sättigende Grundlage sorgen, bringt ein frisches Kräuterpesto die Aromen des Frühlings ins Spiel. Schnittlauch, Petersilie oder andere grüne Kräuter werden mit Olivenöl, Nüssen und Käse zu einer intensiv duftenden Sauce verarbeitet. Neben ihrem Geschmack überzeugen Kräuter auch durch ihre wertvollen Inhaltsstoffe: Viele enthalten Vitamine, Mineralstoffe und antioxidative Pflanzenstoffe, die eine ausgewogene Ernährung unterstützen können. Das Ergebnis ist eine Kombination aus Genuss und Frische, die auch farblich perfekt zur leichteren Frühlingssküche passt.

So entsteht aus fluffigen Gnocchi und aromatischem Pesto ein unkompliziertes Gericht, das Tradition und Saison miteinander verbindet. Ob als gemütliches Abendessen mit Familie oder als mediterrane Inspiration für den Alltag – diese Kombination zeigt, wie man sich italienisches „la dolce vita“ in die eigenen vier Wände holen kann.

Gnocchi mit Frühlingspesto – Zutatenliste

Für die Gnocchi:

- 1 kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 250 g Pastamehl (Typ 00)
- 4 Eigelb

Presseinformation

Für das Pesto:

50 g Parmesan, frisch gerieben
½ Bund Schnittlauch
½ Bund Sauerampfer
½ Bund Petersilie
20 g Pinienkerne
50 g Parmesan, frisch gerieben
100 ml Olivenöl
Salz, Muskat

Zubereitung

1. Gnocchi

Für die Gnocchi Kartoffeln waschen, schälen und ca. 30 Minuten in reichlich gesalzenem Wasser gar kochen. Kartoffeln abgießen, gut ausdampfen und vollständig auskühlen lassen.

Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel geben. Pastamehl, Eigelb und Parmesan hinzugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten. Kräftig mit Salz und Muskat würzen. Den Teig zu ca. 1,5 cm dicken Rollen formen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die Stücke zu Kugeln formen und über die Zinken einer Gabel rollen, um die typischen Rillen zu erhalten.

In einem Topf reichlich gesalzenes Wasser aufkochen. Gnocchi darin 2–3 Minuten leise kochen lassen, bis sie oben schwimmen. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und auf Teller verteilen.

2. Pesto

Für das Pesto Kräuter waschen, trockenschütteln und sehr grob hacken. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl auf mittlerer Stufe 5–6 Minuten rösten. Kräuter und geröstete Pinienkerne mit Parmesan und Öl in ein hohes Gefäß geben und in einem Standmixer zu einem Pesto verarbeiten. Anschließend mit Salz abschmecken.

3. Anrichten

Die heißen Gnocchi mit Pesto getoppt servieren.

Das Rezept gibt es auch online: [Gnocchi mit Frühlingspesto](#)

Weitere Informationen, tolle Rezepte und Tipps rund um die Kartoffel finden Sie über diese Links:

[Website](#) | [Pressemitteilungen](#) | [Instagram](#) | [Facebook](#)

Zeichenanzahl (inkl. Leerzeichen, ohne Headline): 3.643

Keywords: Kartoffeln, Tolle Knolle, Rezeptidee, Rezept-Tipp, Gnocchi, Pesto, Italien, Sommer, Gnocchi Rezept, Kartoffelgnocchi selber machen, Kräuterpesto, italienische Küche, Frühlingsrezepte, vegetarische Rezepte

Presseinformation

Über die KMG

Die Kartoffel-Marketing GmbH (KMG) wurde 2014 gegründet. Sie versteht sich als „Bündnis der Kartoffelprofis“ und repräsentiert die deutsche Kartoffelwirtschaft. Ihr Ziel ist es, die Verbraucher in Deutschland über die Vielseitigkeit und den hohen Wert der Kartoffel zu informieren. Zur KMG gehören der Deutsche Kartoffelhandelsverband e. V., die Bundesvereinigung Erzeugergemeinschaften Kartoffeln und der Verein Landvolk Niedersachsen – Landesbauernverband e. V. Projekte der KMG werden von der Landwirtschaftlichen Rentenbank unterstützt.

Pressekontakt:

tts agentur05 GmbH | Linda Künzel | presse-kmg@agentur05.de |
0221 925454-817



rentenbank
gefördert von der
Landwirtschaftlichen Rentenbank