KIKKOMAN

Ньокки в остром томатном соусе с фенхелем и шпинатом

Общее время **50 мин** **50 мин** Время подготовки

Пищевая ценность (на порцию):
2 399 кДж / 572 ккал

Жиры: **26,3 г** Белки: **26,1 г**
Углеводы: **58,8 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порции

400 г	колбасок с пряными травами
1 ст. л.	оливкового масла
1	головка репчатого лука, мелко порубленная
2	головка фенхеля, нарезанной кубиками
3	зубчика чеснока, раздавленные
800 г	консервированных помидоров
0,5 ч. л.	сушеных хлопьев из перца чили
2 ч. л.	сушеного орегано
2	лаврового листа
1 ст. л.	томатной пасты
3 ст. л.	соевого соуса натурального брожения Kikkoman
500 г	свежих ньокки
100 г	молодого шпината
	листья небольшого пучка базилика, мелко порубленные
	Тертый пармезан, чтобы посыпать им блюдо

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

Разрезать колбаски, вынуть колбасный фарш, кожуру выбросить. Сильно нагреть растительное масло в большой сковороде с высокими краями. Обжарить в ней колбасный фарш в течение 8–10 минут, разделяя при этом его деревянной ложкой на мелкие части. Когда на фарше появится румяная корочка, выложить его на тарелку и убрать в сторону.

Шаг 2

Выложить на сковороду репчатый лук и укроп и готовить 10 минут до мягкости. Затем положить чеснок, готовить еще минуту, потом добавить консервированные помидоры с 200 мл воды, хлопья чили, орегано, лавровый лист, томатную пасту и соевый соус. 20 минут уваривать на медленном огне и приправить по вкусу.

Шаг 3

Тем временем довести до кипения большую кастрюлю с водой и сварить ньокки с соблюдением указанного на упаковке времени.

Шаг 4

Пока варятся ньокки, положить в соус шпинат и готовить, пока он не осядет. Слить воду из ньокки и смешать их вместе с базиликом с соусом. Удалить лавровый лист, разложить ньокки на 4 тарелки и подать с пармезаном и большим количеством свежего черного перца.