



Gnocchis de pois chiches et poêlée du marché

Envie de changer des traditionnels gnocchis de pommes de terre ? On opte pour les pois chiches. Une recette résolument savoureuse et riche en légumineuses à accompagner de vos légumes préférés !



Moyen



4 personnes



15 min



30 min



Bon marché

Ingrédients pour 4 personnes

1 boîte de 300 g de pois chiches cuits dans très peu de jus Bonduelle

290 g de farine et un peu pour fariner le plan de travail

3 œufs

1 poêlée du marché surgelée Bonduelle

Étape 1

Préparez les gnocchis. Ouvrez la boîte de pois chiches, égouttez-la.

Étape 2

Mixez les pois chiches. Ajoutez les œufs un par un, mixez à nouveau.

Étape 3

Ajoutez la farine et mixez jusqu'à ce qu'elle soit bien incorporée pour obtenir une pâte ferme. Vous pouvez également incorporer les œufs et la farine à la purée de pois chiches dans un saladier, à l'aide d'une spatule.

Étape 4

Séparez la pâte en 4 portions égales. Roulez chacune en un long boudin sur un plan de travail fariné.

Étape 5

Coupez chaque boudin en petits morceaux. Faites-les rouler sur le dos d'une fourchette afin de les strier. Posez-les au fur et à mesure de leur fabrication sur une planche ou un plateau fariné.

Étape 6

Portez à ébullition une grande marmite d'eau salée. Plongez-y les gnocchis en deux fois : lorsqu'ils sont cuits, ils remontent à la surface. Retirez les gnocchis de pois chiches à l'aide d'une écumoire. Réservez-les.

Étape 7

Préparez la poêlée de légumes dans une grande poêle bien chaude, en suivant les instructions de cuisson figurant sur le paquet (pas de matières grasses à ajouter !).

Étape 8

Ajoutez les gnocchis dans la poêle et mélangez brièvement. Goûtez, rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre si nécessaire, et servez chaud.

Vous adorez les pois chiches ?

C'est le moment d'essayer notre [curry de pois chiches au chou-fleur](https://www.bonduelle.fr/recette/r/curry-de-pois-chiches-au-chou-fleur/FRZ0115) ! Envie d'autre chose ? Dégustez notre [taboulé pois chiches, orange, boulgour](https://www.bonduelle.fr/recette/r/taboule-pois-chiches-orange-boulgour/FRZ0137) !