



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Filetröllchen mit Jägersoße

- GEFRO Fleischwürze
- 30 g GEFRO Jägersoße
- 2 EL GEFRO Omega-3-Speiseöl
- 650 g Schweinefilet
- 80 g Mozzarella
- 8 große Salbeiblätter
- 4 Scheiben Parmaschinken
- 8 eingelegte, getrocknete Tomaten
- 1 Zwiebel, mittelgroß
- 1 EL Butter
- 300 g Spätzle
- Salz
- Muskatnuss, frisch gerieben
- 2 EL Schmand

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Filetröllchen mit Jägersoße

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 30 Minuten

Nährwerte pro Portion:

25,8 g Fett	21,3 g Kohlenhydrate	48,9 g Eiweiß	1,8 g Ballaststoffe	515 kcal
-------------	----------------------	---------------	---------------------	----------

Filetröllchen mit Jägersoße: Den Backofen auf 180 °C vorheizen. 650 g Schweinefilet in 8 gleichdicke Scheiben schneiden. 80 g Mozzarella in 8 Scheiben schneiden. Die Filetscheiben flach klopfen und mit **GEFRO Fleischwürze** würzen. Jeweils mit einem Salbeiblatt, einer halben Scheibe Parmaschinken, einer Scheibe Mozzarella und einer getrockneten Tomate belegen. Das Fleisch zusammenrollen und die Enden mit einem Zahnstocher fixieren.

1 mittelgroße Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. 1 EL **GEFRO Omega-3-Speiseöl** in einer Pfanne erhitzen, die Röllchen rund herum anbraten und in eine ofenfeste Form setzen. 1 EL **GEFRO Omega-3-Speiseöl** in die Pfanne geben und die Zwiebelstreifen darin bei mittlerer Temperatur goldbraun anbraten.

250 ml Wasser in einem Topf erwärmen und 30 g **GEFRO Jägersoße** einrühren. Aufkochen und bei geringer Temperatur ziehen lassen. Das Fleisch für 5 Min. in den Ofen geben.

In der Zwischenzeit 1 EL Butter in einer Pfanne zerlassen und 300 g Spätzle darin schwenken, bis sie warm sind. Mit etwas Salz und Muskatnuss würzen. Den Schmand unter die Soße rühren.

Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, auf Tellern anrichten und die gerösteten Zwiebeln darüber verteilen. Mit der Jägersoße und den Spätzle servieren.