



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

Marinierte Serviettenknödel mit Allgäuer Bergkäse

- 250 ml GEFRO Suppe
- 5 EL GEFRO Omega-3-Speiseöl
- GEFRO Salatwürze
- 1 Zwiebel
- 40 g Butter
- 250 ml Milch, 1,5 % Fett
- 350 g Knödelbrot
- 5 Eier, Kl. M
- 2 EL Petersilie, fein gehackt
- Muskatnuss, frisch gerieben
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 4 EL Weißweinessig
- 0,5 EL Zucker
- 200 g Allgäuer Bergkäse, in Scheiben
- 6 Radieschen
- 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Marinierte Serviettenknödel mit Allgäuer Bergkäse

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 85 Minuten

Nährwerte pro Portion:

51,1 g Fett	43,5 g Kohlenhydrate	26,5 g Eiweiß	3,9 g Ballaststoffe	743 kcal Brennwert
-------------	----------------------	---------------	---------------------	--------------------

Marinierte Serviettenknödel mit Allgäuer Bergkäse: Bereits am Vortag die Serviettenknödel vorbereiten. Dazu 1 Zwiebel schälen und fein würfeln. 40 g Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen. 250 ml Milch zugeben und lauwarm erhitzen.

Das Knödelbrot in eine Schüssel geben und mit der Milch übergießen. Etwa 20 Min. abgedeckt stehen lassen.

Dann 5 Eier und 2 EL fein gehackte Petersilie zu geben und alles kräftig miteinander vermengen. Mit etwas **GEFRO Suppe**, Muskatnuss und etwas frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

2 große Stücke Alufolie ausbreiten und ein gleich großes Stück Klarsichtfolie darüberlegen. Jeweils die Hälfte der Knödelmasse der Länge nach auf der Folie verteilen. Die Folie aufrollen und die Enden kräftig zusammendrehen, sodass eine feste kompakte Rolle entsteht.

Die Serviettenknödelrollen in einen Topf mit kochendem Wasser geben und darin bei mittlerer Temperatur 20 Min. köcheln lassen. Die Hitze ausschalten und weitere 20 Min. ziehen lassen. Aus dem Wasser nehmen und abkühlen lassen. Die Knödel aus der Folie nehmen, in etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und in eine flache Schale legen.

Für die Marinade 250 ml klare Brühe aus **GEFRO Suppe** mit 4 EL Weißweinessig und 5 EL **GEFRO Omega-3-Speiseöl** kräftig verrühren. Mit 1/2 EL Zucker und **GEFRO Salatwürze** abschmecken. Die Knödelscheiben mit der Marinade übergießen und ca. 10 Min. ziehen lassen.

In der Zwischenzeit 200 g Bergkäse in Rechtecke schneiden, die etwa so groß sind, wie die Knödelscheiben. Jeweils zwei Scheiben Käse und zwei Scheiben Knödel auf einen Spieß stecken und auf Tellern anrichten. 6 Radieschen in Scheiben schneiden und 2 EL fein geschnittenen Schnittlauch darüberstreuen.