



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

Birkenkrופן mit Honig-Brombeereis

- GEFRO Pflanzenfett
- 2 EL GEFRO Honig Wald & Blüte
- 250 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 2 TL Puderzucker
- 250 ml Milch
- 1 Ei
- 350 g Brombeeren, tiefgekühlt
- 1 EL Puderzucker
- 1 EL Limettensaft, frisch gepresst
- 3 Birnen

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Birkenkrופן mit Honig-Brombeereis

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 30 Minuten

Nährwerte pro Portion:

21 g Fett	61,5 g Kohlenhydrate	11,5 g Eiweiß	9,7 g Ballaststoffe	478
kcal Brennwert				

Birkenkrופן mit Honig-Brombeereis 200 g Mehl mit 1 TL Backpulver und 2 TL Puderzucker vermischen und in eine Schüssel sieben. Mit 250 ml Milch zu einem glatten Teig verarbeiten und 1 Ei unterrühren.

Für das Eis die noch tiefgekühlten Brombeeren (350 g) mit 2 EL **GEFRO Honig Wald & Blüte**, 1 EL Puderzucker sowie 1 EL frisch gepresstem Limettensaft in ein hohes Gefäß geben und mit dem Mixstab fein pürieren. Das Honig-Brombeereis bis zum Anrichten in das Tiefkühlfach stellen.

3 Birnen längs in jeweils 6 etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden und das Kerngehäuse ausstechen. Die Scheiben im restlichen Mehl wenden, durch den Backteig ziehen und im heißen **GEFRO Pflanzenfett** ausbacken. Auf einem mit Küchentrepp ausgelegtem Teller abtropfen lassen.

Die Birnenkrופן mit dem Honig-Brombeereis auf Tellern anrichten.

Tipp: Wer es gerne süß mag, bestäubt die Birnenkrופן mit etwas Puderzucker. Für eine besonders frische Note mixen sie einige Blättchen Minze oder Zitronenmelisse unter das Honig-Brombeereis.