



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](mailto:info@gefro.de)

## Einkaufszettel

### Curry-Knusperwürstchen am Stiel

- GEFRO BIO Würzmischung »Indisch Curry«
- 4 lange, rote Würstchen vom Rind, à ca. 70 g
- 250 g Pizzateig, aus dem Kühlregal
- 150 g Ketchup
- 0,5 Bio-Orange, Saft und Schale
- 1 TL Worcester-Sauce
- 1 TL Limettensaft, frisch gepresst

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter [www.gefro.de](http://www.gefro.de)

## Curry-Knusperwürstchen am Stiel

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 25 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

14,2 g Fett	44,5 g Kohlenhydrate	19 g Eiweiß	2,3 g Ballaststoffe	384 kcal Brennwert
-------------	----------------------	-------------	---------------------	--------------------

**Curry-Knusperwürstchen am Stiel:** Den Ofen auf 180°C vorheizen. 4 lange, rote Würstchen halbieren. Von 250 g Pizzateig 8 etwa 1 cm dicke Streifen herunterschneiden und mit **GEFRO BIO Würzmischung »Indisch Curry«** bestäuben. Die Würstchen damit spiralartig umwickeln.

Die unwickelten Würstchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und für etwa 15 - 20 Minuten im Ofen backen, bis der Teig goldbraun ist. In der Zwischenzeit 150 g Ketchup mit dem Orangensaft, der Orangenschale, 1 TL Worcester-Sauce und 1 TL frisch gepresstem Limettensaft verrühren und mit **GEFRO BIO Würzmischung »Indisch Curry«** würzen.

Die Würstchen aus dem Ofen nehmen, auf einem Teller oder in einer Schale anrichten und mit dem Gewürzketchup als Dip servieren.