



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

### Honig-Spekulatiusschmarrn mit Preiselbeerkompott

- 1 EL GEFRO Honig Wald & Blüte
- 60 g Spekulatuskekse
- 1 EL Rum, ersatzweise Apfelsaft
- 4 Eier, Kl. M
- 150 ml Milch
- 70 g Mehl
- 1 Prise Salz
- 1 EL Butterschmalz
- 1 EL Puderzucker
- 25 g Mandelblättchen
- 1 EL Butter
- Puderzucker zum Bestäuben
- 4 EL Preiselbeerkompott

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

## Honig-Spekulatiusschmarrn mit Preiselbeerkompott

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 40 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

22,5 g Fett	40,4 g Kohlenhydrate	13,7 g Eiweiß	2,5 g Ballaststoffe	428 kcal Brennwert
-------------	----------------------	---------------	---------------------	--------------------

**Honig-Spekulatiusschmarrn mit Preiselbeerkompott:** Den Ofen auf 180 °C vorheizen. 60 g Spekulatuskekse fein zerbröseln und mit 1 EL Rum oder ersatzweise 1 EL Apfelsaft beträufeln.

4 Eier trennen. Die Eigelbe mit 150 ml Milch, 70 g Mehl und 1 EL **GEFRO Honig Wald & Blüte** zu einem glatten Teig verrühren.

Die Eiweiße mit dem Handrührgerät steif schlagen, dabei eine Prise Salz einrieseln lassen. Den Eischnee vorsichtig unter den Teig heben. Die Spekulatuskrümel vorsichtig untermengen.

1 EL Butterschmalz in einer ofenfesten Pfanne erwärmen und den Teig in die Pfanne geben. Den Teig anbacken lassen und die Pfanne in den Ofen geben. Den Teig etwa 10 Minuten backen, bis er goldbraun ist.

Die Pfanne aus dem Ofen nehmen, den Schmarrn mit zwei Gabeln in mundgerechte Stücke zerteilen. Mit 1 EL Puderzucker bestäuben, 25 g Mandelblättchen untermengen und die Butter in kleinen Flöckchen darüber verteilen.

Nochmals für etwa 5 Minuten in den Ofen geben und karamellisieren.

Den Schmarrn auf Tellern verteilen und mit etwas Puderzucker bestäuben. Mit dem Preiselbeerkompott servieren.