



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

### Pilzsalat mit Kartoffeltörtchen

- 5 EL GEFRO Natives Olivenöl Extra
- 1 EL GEFRO Honig Wald & Blüte
- GEFRO Salatwürze
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 300 g Pilze nach Wahl, etwa Pfifferlinge oder Kräutersaitlinge
- 400 g grüner Spargel
- 250 g Kirschtomaten
- 2 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- 3 EL Wasser
- 2 Platten Blätterteig, tiefgekühlt
- 4 EL Schmand, 20 % Fett
- 4 festkochende Kartoffeln, gekocht
- Salz
- 1 Bund Rucola

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

## Pilzsalat mit Kartoffeltörtchen

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 50 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

34,2 g Fett    23,4 g Kohlenhydrate    7,4 g Eiweiß    8,5 g Ballaststoffe    429 kcal Brennwert

**Pilzsalat mit Kartoffeltörtchen:** Den Backofen auf 200 °C vorheizen. 300 g Pilze nach Wahl putzen und je nach Größe eventuell halbieren.

Von 400 g grünem Spargel das untere, holzige Ende abschneiden. Den Spargel in kochendem Salzwasser etwa 6 Minuten bissfest garen. Herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. 250 g Kirschtomaten halbieren.

Aus 2 EL Zitronensaft, 3 EL Wasser, 1 EL GEFRO Honig Wald & Blüte, 3 EL GEFRO Nativem Olivenöl Extra und etwas GEFRO Salatwürze ein Dressing rühren.

Aus den Blätterteigplatten jeweils 4 runde Stücke ausstechen und diese mit jeweils 1 EL Schmand bestreichen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen.

4 gekochte Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffelscheiben auf dem Schmand verteilen und mit etwas GEFRO Gewürz-Pfeffer würzen. Für etwa 15 Minuten in den Ofen geben und backen.

In der Zwischenzeit 2 EL GEFRO Natives Olivenöl Extra in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin anbraten. Mit etwas Salz würzen. Alle Zutaten für den Salat mit dem Dressing marinieren und auf Tellern anrichten. Die Pilze und den Rucola darüber verteilen. Den Salat mit den Kartoffeltörtchen servieren.