



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

### Schwammerlsuppe mit Knöpfle

- 1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 80 g GEFRO Edelpilz Cremesuppe
- 200 g gemischte Pilze, z. B. Steinpilze, Champignons, Egerlinge
- 1 EL Butter
- 250 g frische Knöpfle
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 Liter Milch, 1,5 % Fett
- 1 kleiner Bund Schnittlauch, in feine Röllchen geschnitten
- 2 EL Schmand

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

## Schwammerlsuppe mit Knöpfle

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 25 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

13,9 g Fett    67,2 g Kohlenhydrate    21,5 g Eiweiß    5 g Ballaststoffe    479 kcal Brennwert

**Schwammerlsuppe mit Knöpfle:** Die Pilze putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln.

1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin leicht anbraten. 1 EL Butter zugeben und schmelzen. 250 g frische Knöpfle zu den Pilzen geben und ebenfalls leicht anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

1 Liter Milch in einem Topf erwärmen, 80 g GEFRO Edelpilz Cremesuppe einrühren und aufkochen. 5 Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen.

Die Pilz-Knöpfle-Mischung in tiefen Tellern verteilen, die Suppe aufgießen und mit dem Schnittlauch bestreuen.

Auf jede Suppe einen halben Esslöffel Schmand geben und servieren.