



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen der **Frittierten Bällchen** benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

GEFRO Reformversand

Wernher-von-Braun-Strasse 21
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 0800 / 95 95 100*

Telefax 0800 / 95 95 111*

*) gebührenfrei aus dem Festnetz

E-Mail info@gefro.de

Alle übrigen Zutaten besorgen Sie sich bei dem Händler "Ihres Vertrauens"...

Einkaufszettel

Frittierte Bällchen

- 1 EL Kartoffelpüree (25 g Pulver)
- 2 EL Paniermehl (40 g)

Frittierte Bällchen Rezeptvorschlag zu Pikante Pfanne

Rezept für 2 Personen. Zubereitung ca. 15 Minuten.

Nährwerte pro Portion:

- 15,8 g Fett
- 57,2 g Kohlenhydrate
- 12,6 g Eiweiß
- 423 kcal

Frittierte Bällchen: Zur Masse – laut Packung – einer Packung **GEFRO Pikante Pfanne** 1 EL Kartoffelpüree (25 g Pulver) und 2 EL Paniermehl (40 g) dazu geben. Quellen lassen wie gewohnt.

Dann die Masse zu kleinen Bällchen formen und 6 - 8 Min. frittieren.

Tipp: Gelingt leicht und wird mit einem bunten Salat oder Lauchgemüse, kombiniert mit Bandnudeln, zu einem Supergericht der schnellen Küche!