



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen der **Gefüllten Putenschnitzel** 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

Gefüllte Putenschnitzel

- 4 dünne Putenschnitzel (je etwa 130 g)
- 1 Bund glatte Petersilie
- 4 Knoblauchzehen
- 1 EL Olivenöl
- frisch gemahlener Pfeffer
- 150 g Schafskäse

Gefüllte Putenschnitzel

Rezept für 4 Personen. Zubereitung ca. 30 Minuten.

Nährwerte pro Portion:

34,5 g Fett
0,8 g Kohlenhydrate
33,9 g Eiweiß
443,6 kcal

Gefüllte Putenschnitzel: 4 dünne Putenschnitzel (je etwa 130 g) flach klopfen und mit **GEFRO Fleischwürze** würzen.

1 Bund Petersilie fein hacken und 4 Knoblauchzehen pressen. In eine Schüssel geben und mit 1 EL Olivenöl vermischen, mit Pfeffer würzen.

150 g Schafskäse in kleine Scheiben schneiden. Die Putenschnitzel zur Hälfte mit der Kräutermischung bestreichen und den Käse darauf verteilen. Die Schnitzel zusammenklappen und mit Holzspießchen feststecken.

2 EL **GEFRO Omega-3-Speiseöl** in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel auf jeder Seite ca. 5 Min. anbraten. Dann bei mittlerer Hitze in etwa 10 Min. fertig garen.

Tipp: Eine delikate Hauptmahlzeit. Als Beilage eignen sich Reis, Nudeln oder Kartoffeln mit **GEFRO Helle Soße**.