



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du 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

### Bauernbrot mit Bündnerfleisch in Pestomarinade

- 2 EL GEFRO Pesto Verde
- 6 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 4 Scheiben Bauernbrot
- 2 EL Butter
- 16 Scheiben Bündnerfleisch (oder Bresaola)
- 0,25 gelbe Paprika, entkernt
- 1 Frühlingszwiebel
- Einige Blätter Feldsalat

Weitere tolle Rezepte findest du unter [www.gefro.de](http://www.gefro.de)

## Bauernbrot mit Bündnerfleisch in Pestomarinade

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 15 Minuten

Nährwerte pro Portion:

43,7 g Fett 30,3 g Kohlenhydrate 16,6 g Eiweiß 5 g Ballaststoffe  
582 kcal Brennwert

### 1 Pestomarinade zubereiten:

2 EL GEFRO Pesto Verde in eine Schüssel geben, mit 1 EL Wasser glattrühren und anschließend 6 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra unterrühren, bis eine cremige Marinade entsteht.

### 2 Brot vorbereiten:

4 Scheiben Bauernbrot mit etwas Butter bestreichen und jeweils in Viertel schneiden.

### 3 Bündnerfleisch marinieren:

16 Scheiben Bündnerfleisch in der Pestomarinade wenden und kurz ziehen lassen.

Jeweils eine Scheibe Bündnerfleisch auf eine Brotecke legen.

### 4 Garnieren:

¼ gelbe Paprika und 1 Frühlingszwiebel in feine Streifen schneiden und auf den Broten verteilen.

Mit frischen Feldsalatblättern garnieren und mit etwas GEFRO Gewürz-Pfeffer bestreuen.

### Tipps & Varianten

Tipp: Besonders fein schmeckt das Bauernbrot, wenn es leicht geröstet oder in der Grillpfanne angeröstet wird - das verleiht extra Aroma und Knusprigkeit.

Variante: Statt Bündnerfleisch kann auch luftgetrockneter Schinken oder für eine vegetarische Variante gegrillte Zucchini verwendet werden.

Nicht vergessen: Etwas frisch geriebener Parmesan über dem Pesto rundet den Geschmack wunderbar ab und sorgt für eine mediterrane Note.