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

Einkaufszettel

Frittierte Bällchen

- 1 Packung GEFRO Pikante Pfanne
- 1 EL Kartoffelpüree, à 25 g Pulver
- 2 EL Paniermehl à 40 g

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Frittierte Bällchen

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 15 Minuten

Nährwerte pro Portion:
15,8 g Fett 57,2 g Kohlenhydrate 12,6 g Eiweiß 423 kcal Brennwert

1 Masse vorbereiten:

Die Mischung einer Packung GEFRO Pikante Pfanne nach Packungsanleitung zubereiten. Anschließend 1 EL Kartoffelpüree (25 g Pulver) und 2 EL Paniermehl (40 g) unterrühren. Die Masse wie gewohnt quellen lassen, bis sie formbar ist.

2 Bällchen formen & frittieren:

Aus der Masse kleine Bällchen formen. Diese in heißem Fett 6-8 Minuten goldbraun frittieren, anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3 Anrichten & servieren:

Die knusprigen Bällchen heiß servieren - pur oder als Beilage.Tipp:Gelingt leicht und schmeckt hervorragend mit einem bunten Salat oder Lauchgemüse, kombiniert mit Bandnudeln - ein echtes Blitzgericht der schnellen Küche!