



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

Gebratene Schupfnudeln mit Spargel-Pfifferlingfrikassee

- 30 g GEFRO Helle Soße
- 1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 1 kg Kartoffeln, mehligkochend
- 300 g Mehl
- 500 g grüner Spargel
- 500 g weißer Spargel
- 250 ml Milch
- 100 g kleine Pfifferlinge, geputzt
- 3 Eier, Kl. M
- 1 EL Butter
- 1 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- Salz
- einige Kerbelzweige zum Garnieren

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Gebratene Schupfnudeln mit Spargel-Pfifferlingfrikassee

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 70 Minuten

Nährwerte pro Portion:

14,2 g Fett 97,2 g Kohlenhydrate 24,4 g Eiweiß 13,8 g Ballaststoffe
627 kcal Brennwert

1 Schupfnudelteig zubereiten:

1 kg Kartoffeln in kochendem Salzwasser garen, schälen und noch warm durch die Kartoffelpresse drücken. Mit 300 g Mehl, 3 Eiern, etwas Salz und Muskatnuss zu einem glatten Teig verarbeiten.

2 Schupfnudeln formen & garen:

Aus dem Teig ca. 1,5 cm dicke Rollen formen und in etwa 5 cm lange Stücke schneiden. Die Stücke über die Hand rollen, sodass die Enden leicht spitz zulaufen. In leicht köchelndem Wasser ca. 5 Minuten garen, bis die Schupfnudeln an die Oberfläche steigen. Mit der Lochkelle herausnehmen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen.

3 Spargel vorbereiten:

Weißer Spargel schälen und bei beiden Sorten (weiß & grün, sofern genutzt) die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen schräg in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen.

4 Helle Soße kochen:

250 ml Milch erwärmen und 30 g GEFRO Helle Soße einrühren. Aufkochen lassen und 1 EL frisch gepressten Zitronensaft untermischen.

5 Pfifferlinge & Schupfnudeln braten:

1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen und 100 g Pfifferlinge darin anbraten. Pilze herausnehmen und 1 EL Butter in der Pfanne schmelzen. Die Schupfnudeln in der Butter goldbraun anbraten und mit Salz und GEFRO Gewürz-Pfeffer würzen.

6 Frikassee vollenden:

Pfifferlinge und Spargel in die helle Soße geben und nochmals aufkochen lassen.

7 Anrichten & Servieren:

Schupfnudeln auf Tellern anrichten, das Spargel-Pfifferlingfrikassee darüberggeben. Mit Kerbel garnieren und genießen. Tipp: Die Schupfnudeln gelingen besonders schön, wenn der Teig noch warm verarbeitet wird - so bleibt er geschmeidig.