



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

Gefüllte Kalbsröllchen in Frischkäsesoße mit Kräuterspätzle

- GEFRO Brat- & Frittieröl
- GEFRO Soße zu Braten
- 4 kleine Kalbsschnitzel, à ca. 120 g
- 3 EL Frischkäse
- 4 Scheiben Parmaschinken
- 1,5 EL Butter
- 400 g frische Spätzle, aus dem Kühlregal
- 2 EL Petersilie, fein gehackt
- 1 EL Schnittlauch, fein geschnitten
- einige Spritzer Zitronensaft
- Muskatnuss, frisch gerieben
- Salz
- GEFRO Gewürz-Pfeffer

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Gefüllte Kalbsröllchen in Frischkäsesoße mit Kräuterspätzle

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 50 Minuten

Nährwerte pro Portion:

19,7 g Fett 71,9 g Kohlenhydrate 40,7 g Eiweiß 5,9 g Ballaststoffe
632 kcal Brennwert

1 Kalbsröllchen vorbereiten:

Den Ofen auf 180 °C vorheizen.

4 Kalbsschnitzel sehr dünn klopfen und nebeneinander ausbreiten.

Mit Salz und GEFRO Gewürz-Pfeffer würzen und jeweils mit 1/2 EL Frischkäse bestreichen.

4 Schinkenscheiben auflegen, die Schnitzel fest aufrollen und mit Küchengarn oder einem Zahnstocher fixieren.

2 Röllchen anbraten & garen:

1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen.

Die Kalbsröllchen rundum anbraten, anschließend in eine ofenfeste Form legen.

Für 5 Minuten in den heißen Ofen geben.

3 Frischkäsesoße kochen:

Den Bratensatz in der Pfanne mit 250 ml Wasser ablöschen und erwärmen.

25 g GEFRO Soße zu Braten einrühren und aufkochen.

Etwas 2 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen.

Den restlichen Frischkäse einrühren und die Soße mit etwas Zitronensaft sowie GEFRO Gewürz-Pfeffer abschmecken.

4 Kräuterspätzle zubereiten:

1-2 EL Butter in einer Pfanne schmelzen.

Die Spätzle hineingeben und erwärmen.

Kräuter untermischen und mit etwas Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen.

5 Anrichten & Servieren:

Die Röllchen aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen.

Die Kräuterspätzle auf Tellern anrichten, etwas Soße darübergießen und die Kalbsröllchen daraufsetzen.

Tipps & Varianten

Tipp: Wer die Soße noch cremiger mag, kann sie vor dem Servieren einmal kräftig aufschäumen - ganz ohne zusätzliche Zutaten, nur durch kräftiges Rühren oder einen kleinen Schneebesen.