



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

**Gegrillte Kalbsschnecken mit Aprikosen**

- 1 EL GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 2 EL GEFRO Omega-3 Rosmarinöl
- 2 EL Honig
- 1 kg Kalbsschnitzel, aus der Hüfte
- 6 Aprikosen
- 1 rote Zwiebel
- 1 Bund glatte Petersilie
- 4 Zweige Rosmarin
- 60 ml Orangensaft, frisch gepresst
- 2 EL grobkörnigen Senf
- 1 EL Butter

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

## Gegrillte Kalbsschnecken mit Aprikosen

**Rezept für 4 Personen****Zubereitung ca. 50 Minuten****Nährwerte pro Portion:**

12,1 g Fett 15,8 g Kohlenhydrate 51,5 g Eiweiß 1,9 g Ballaststoffe  
380 kcal Brennwert

**1 Fleisch vorbereiten:**

1 kg Kalbsschnitzel in etwa 4 cm dicke Streifen schneiden. 1 rote Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Zwiebelwürfel, gehackte Petersilie und 1 EL GEFRO Gewürz-Pfeffer vermengen und über die Schnitzelstreifen streuen.

**2 Schnecken formen & marinieren:**

Die Fleischstreifen zu Schnecken aufrollen und jeweils drei Stück auf einen Spieß stecken. 2 EL grobkörnigen Senf mit 2 EL GEFRO Omega-3 Rosmarinöl verrühren und die Kalbsschnecken damit bestreichen.

**3 Aprikosen vorbereiten:**

6 Aprikosen halbieren und entsteinen. Jeweils drei Aprikosenhälften auf einen angespitzten Rosmarinweig stecken.

**4 Grillen:**

Die Kalbsschnecken auf den Grill legen und 5 Minuten grillen. Wenden und nochmals 5 Minuten grillen. Die Aprikosen-Rosmarinspieße ebenfalls 5 Minuten rundherum grillen.

**5 Honig-Orangen-Glasur zubereiten & servieren:**

In der Zwischenzeit 2 EL Honig mit 60 ml frisch gepresstem Orangensaft und 1 EL Butter aufkochen. Die gegrillten Aprikosen-Rosmarinspieße auf Tellern anrichten, mit der warmen Honigmischung übergießen und die Kalbsschnecken daneben servieren. **Tipps & Varianten:** Tipp: Statt auf dem Grill können die Kalbsschnecken auch in der Pfanne gebraten werden - so gelingt das Rezept auch bei Regen. Variante: Besonders raffiniert schmeckt das Gericht, wenn Sie die gegrillten Aprikosen mit einem Klecks Ziegenfrischkäse füllen und kurz unter dem Grill karamellisieren lassen - das sorgt für eine feine süß-herzhafte Note.