



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

Gratinierte Kartoffelsuppe mit geräucherter Forelle

- 60 g GEFRO Kartoffelsuppe
- 1 Liter Milch, 1,5% Fett
- 2 Scheiben Toastbrot
- 100 g Forellenfilet, geräuchert
- 1 EL Butter
- 70 ml Sahne
- 2 Eigelb
- 50 g Parmesan, frisch gerieben
- 1 EL Kerbel, fein geschnitten

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Gratinierte Kartoffelsuppe mit geräucherter Forelle

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 35 Minuten

Nährwerte pro Portion:

11,2 g Fett 25,1 g Kohlenhydrate 23,6 g Eiweiß 1,9 g Ballaststoffe
293 kcal Brennwert

1 Suppe zubereiten:

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

1 Liter Milch (1,5 % Fett) in einen Topf geben, leicht erwärmen und 60 g GEFRO Kartoffelsuppe einrühren. Aufkochen und die Suppe in ofenfeste Schalen verteilen.

2 Einlage vorbereiten:

Die Rinde von 2 Toastbrotstücken entfernen und das Brot in Würfel schneiden.

100 g geräuchertes Forellenfilet ebenfalls würfeln.

1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, die Toastwürfel darin knusprig anrösten.

Die Forellenswürfel kurz mitbraten und alles auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Anschließend auf die Suppenschalen verteilen.

3 Gratinmasse herstellen:

70 ml Sahne steif schlagen.

2 Eigelb und 50 g geriebenen Parmesan vorsichtig unterheben.

Die Masse gleichmäßig auf die Suppen geben.

4 backen:

Die Suppen im Ofen goldbraun gratinieren.

Anschließend mit 1 EL fein geschnittenem Kerbel bestreuen und sofort servieren.

Tipps & Varianten

Tipp: Für eine vegetarische Variante können Sie statt Forelle geröstete Pilze oder Zwiebelwürfel verwenden.

Variante: Wer es herzhafter mag, ersetzt die Forelle durch Speck, Lachs oder Räucheraal - alle passen wunderbar zu dieser cremigen Suppe.