



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

### Kartoffel-Steinpilzsuppe mit Frischkäse

- 60 g GEFRO Herzhafte Kartoffelsuppe
- 3 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 900 ml Milch, 1,5 % Fett
- 300 g frische Steinpilze
- 150 g Frischkäse
- 1 Zwiebel
- 1 EL Butter
- 1 TL Majoranblättchen, fein geschnitten
- Salz
- Etwas Majoran zum Garnieren

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

## Kartoffel-Steinpilzsuppe mit Frischkäse

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 25 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

29,3 g Fett 18,6 g Kohlenhydrate 17 g Eiweiß 5,9 g Ballaststoffe  
403 kcal Brennwert

#### 1 Pilze & Zwiebel vorbereiten:

300 g Steinpilze putzen und in dünne Scheiben schneiden.

1 Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden.

#### 2 Zwiebeln anbraten:

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen.

Die Zwiebelstreifen darin goldbraun anbraten und beiseitestellen.

#### 3 Suppe ansetzen:

1 EL Butter in einem großen Topf schmelzen.

200 g der Steinpilze hineingeben, anbraten und 1 TL fein geschnittene Majoranblättchen zugeben.

Kurz mitdünsten und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

900 ml Milch angießen und erwärmen.

60 g GEFRO Herzhafte Kartoffelsuppe einrühren und aufkochen.

150 g Frischkäse zugeben und alles cremig verrühren.

Die Suppe vom Herd nehmen.

#### 4 brige Steinpilze braten:

Die restlichen Steinpilze in feine Streifen schneiden.

1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl erhitzen und die Pilzstreifen darin anbraten.

Mit Salz und GEFRO Gewürz-Pfeffer würzen.

#### **5 Anrichten & Servieren:**

Die Suppe in tiefe Teller oder Schalen füllen.

Mit den gebratenen Steinpilzstreifen und etwas Majoran garnieren.