



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

Klarer Kürbiseintopf mit Kartoffeln und Wienerle

- 800 ml GEFRO Suppe
- 500 g Hokkaido-Kürbis
- 300 g Kartoffeln, festkochend
- 4 Wiener Würstchen
- 1 Bund Schnittlauch
- Salz

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Klarer Kürbiseintopf mit Kartoffeln und Wienerle

Rezept für 4 Personen**Zubereitung ca. 30 Minuten****Nährwerte pro Portion:**

26,3 g Fett 16,4 g Kohlenhydrate 17,8 g Eiweiß 4,9 g Ballaststoffe
372 kcal Brennwert

1 Eintopf vorbereiten:

500 g Hokkaido-Kürbis mit der Schale in etwa 1 cm große Würfel schneiden.

300 g festkochende Kartoffeln schälen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden.

Die Kartoffeln in kochendem Salzwasser bissfest garen.

2 Kürbis kochen:

800 ml klare Brühe aus GEFRO Suppe aufkochen, die Kürbiswürfel hineingeben und bei geringer Temperatur etwa 10 - 15 Minuten köcheln lassen.

Der Kürbis sollte dabei noch leichten Biss behalten.

3 Einlage zugeben:

4 Wienerle in Scheiben schneiden.

Die gegarten Kartoffelwürfel und die Wienerle in den Eintopf geben und etwa 5 Minuten ziehen lassen.

4 Anrichten:

1 Bund Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Den Eintopf in Suppentellern oder -schalen anrichten und mit dem Schnittlauch bestreuen.

Tipps & Varianten

Tipp: Der Eintopf schmeckt auch hervorragend, wenn man anstelle der Wienerle kleine Speckwürfel anbrät und kurz vor dem Servieren darüberstreut.

Variante: Vegetarisch genießen? Dann die Wienerle einfach weglassen und stattdessen gegarte Karotten oder weiße Bohnen als Einlage verwenden.