



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

### Ofenkartoffeln mit Kressequark und Schmortomaten

- 1 TL GEFRO Suppe
- GEFRO Kräuterwürze
- 4 große Grillkartoffeln
- 60 g Butter, weich
- 1 EL Semmelbrösel
- 4 g Fleischtomaten
- 8 Zweige Thymian
- 250 g Quark
- 1 TL Zitronensaft, frisch
- 1 Prise Zucker
- 1 Schälchen Gartenkresse

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

## Ofenkartoffeln mit Kressequark und Schmortomaten

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

18 g Fett 36,7 g Kohlenhydrate 12,8 g Eiweiß 6,8 g Ballaststoffe  
365 kcal Brennwert

### 1 Kartoffeln garen:

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

4 große Grillkartoffeln fest in Aluminiumfolie wickeln, auf ein Backblech legen und ca. 30 - 40 Minuten backen.

### 2 Tomaten gratinieren:

60 g weiche Butter mit 1 EL Semmelbröseln und 1 TL GEFRO Suppe gut vermengen.

4 Fleischtomaten halbieren, die Buttermasse auf die Schnittflächen streichen und jeweils einen Thymianzweig darauflegen.

10 Minuten vor Ende der Kartoffelgarzeit die Tomaten mit in den Ofen geben und gratinieren.

### 3 Quark vorbereiten:

250 g Quark mit GEFRO Kräuterwürze, 1 TL frischem Zitronensaft und 1 Prise Zucker abschmecken.

### 4 Kresse vorbereiten:

Kresse abschneiden und putzen.

### 5 Anrichten:

Die gegarten Kartoffeln aus der Folie nehmen, kreuzförmig einschneiden und leicht zusammendrücken.

Kartoffeln auf Tellern anrichten, den Quark daraufgeben und mit Kresse bestreuen.

Die gratinierten Tomaten dazulegen und servieren.

### **Tipps & Varianten**

Tipp: Wer es cremiger mag, kann dem Quark etwas Sauerrahm oder Joghurt unterrühren - das macht ihn besonders luftig und frisch.

Variante: Statt Kresse passt auch fein geschnittener Schnittlauch oder frische Gartenkräuter hervorragend.

Extra-Aroma: Etwas gehackter Knoblauch in der Butter verleiht den Schmortomaten eine würzige Note.

Grill-Tipp: Im Sommer lassen sich Kartoffeln und Tomaten wunderbar auf dem Grill zubereiten - für ein leicht rauchiges Aroma.