



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**

### **Sauerkrautsuppe mit geröstetem Bauernbrot**

- 50 g GEFRO Edelpilz Cremesuppe
- 700 ml Milch, 1,5% Fett
- 300 ml Weißwein
- 300 g Sauerkraut aus der Dose
- 1 Prise Zucker
- 2 Scheiben Bauernbrot
- 1 EL Butter
- 1 EL glatte Petersilie, fein gehackt

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

## **Sauerkrautsuppe mit geröstetem Bauernbrot**

**Rezept für 4 Personen**

**Zubereitung ca. 20 Minuten**

### **Nährwerte pro Portion:**

3,8 g Fett 25,5 g Kohlenhydrate 10,3 g Eiweiß 2,9 g Ballaststoffe  
232 kcal Brennwert

### **1 Suppe zubereiten:**

700 ml Milch (1,5 % Fett) in einem Topf erhitzen und 50 g GEFRO Edelpilz Cremesuppe einrühren. Aufkochen und 300 ml Weißwein zugeben.

300 g Sauerkraut aus der Dose in ein Sieb geben, gründlich mit Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Das Kraut in die Suppe geben, erneut aufkochen und fein pürieren. Mit einer Prise Zucker abschmecken.

### **2 Brot rösten:**

2 Scheiben Bauernbrot in etwa 1 cm große Würfel schneiden. 1 EL Butter in einer Pfanne zerlassen, die Brotwürfel hineingeben und rundherum goldbraun und knusprig rösten.

### **3 Anrichten & Servieren:**

Die heiße Sauerkrautsuppe in Suppentellern anrichten, mit den gerösteten Brotwürfeln und 1 EL fein gehackter Petersilie bestreuen.

### **Tipps & Varianten**

Tipp: Wer es besonders deftig mag, brät einige Scheiben feste Blutwurst knusprig an und gibt sie in die Suppe - das sorgt für ein kräftiges, herzhaftes Aroma.