



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

### Tramezzini mit Pilzricotta

- GEFRO Kräuterwürze
- 2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 12 Scheiben Vollkorn-Toast
- 200 g braune Champignons
- 150 g Austernpilze
- 150 g Ricotta
- 0,5 Bund Rucola
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 EL Knoblauchzehe
- 2 Zweige Thymian
- Einige Blätter Radicchio

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

## Tramezzini mit Pilzricotta

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 30 Minuten

Nährwerte pro Portion:

12,1 g Fett 19,4 g Kohlenhydrate 9,9 g Eiweiß 4,3 g Ballaststoffe  
226 kcal Brennwert

### 1 Pilze vorbereiten:

200 g braune Champignons und 150 g Austernpilze putzen und sehr fein hacken. 1 Frühlingszwiebel putzen und in dünne Ringe schneiden. 1 Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und hacken.

### 2 Pilzmasse anbraten:

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Frühlingszwiebel und Thymian kurz andünsten. Die gehackten Pilze zugeben und ca. 3 Minuten kräftig braten. Mit etwas GEFRO Kräuterwürze abschmecken und in einem Sieb abtropfen lassen.

### 3 Ricotta-Creme anrühren:

150 g Ricotta in eine Schüssel geben und cremig rühren. ½ Bund Rucola und einige Blätter Radicchio putzen und fein schneiden. Rucola und die abgetropften Pilze unter den Ricotta rühren. Mit etwas GEFRO Kräuterwürze abschmecken.

### 4 Tramezzini füllen:

6 Toastscheiben mit dem Pilzricotta bestreichen. Mit den übrigen Toastscheiben abdecken und fest andrücken. Die Ränder mit einem scharfen Messer abschneiden und die Sandwiches diagonal halbieren. **Tipps & Varianten:** Tipp: Die fertigen Tramezzini in Frischhaltefolie wickeln und vor dem Servieren ca. 30 Minuten kühl stellen - so lassen sie sich besonders gut schneiden und bleiben kompakt. Variante 1: Wer es herzhafter mag, kann noch etwas fein geriebenen Parmesan in die Ricotta-Creme rühren. Variante 2: Wer es frischer mag, legt zusätzlich ein paar ganze Rucolablätter oder dünne Gurkenscheiben zwischen die Brotscheiben. Nicht vergessen: Schneide die Sandwiches in kleine Dreiecke oder Fingerfood-Streifen - perfekt für ein Buffet oder als Snack für Gäste