



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie 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

### Currywurst mit Rosmarinkartoffeln

- GEFRO Kräuterwürze
- GEFRO Tomatensoße
- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO BIO Würzmischung »Indisch Curry«
- 1 kg kleine Kartoffeln, festkochend, z. B. Drillinge
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 Zwiebel
- 100 ml Orangensaft
- 300 ml Wasser
- 1 EL Sojasoße
- 1 TL Zucker
- 4 Bratwürste
- 2 EL Röstzwiebeln (fertig aus der Dose)

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter [www.gefro.de](http://www.gefro.de)

## Currywurst mit Rosmarinkartoffeln

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 35 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

42,2 g Fett	50,5 g Kohlenhydrate	24,3 g Eiweiß	8,6 g Ballaststoffe	683 kcal Brennwert
-------------	----------------------	---------------	---------------------	--------------------

**Currywurst mit Rosmarinkartoffeln** Den Ofen auf 180°C vorheizen. 1 kg kleine festkochende Kartoffeln (z.B. Drillinge) mit der Schale längs in jeweils 6 Ecken schneiden. Die Kartoffelecken auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Die Nadeln von 2 Rosmarinzweigen zupfen und über die Kartoffeln streuen. Mit **GEFRO Kräuterwürze** würzen und mit 2 EL **GEFRO Nativem Olivenöl Extra** beträufeln. Die Rosmarinkartoffeln für etwa 20 Minuten in den Ofen geben und goldbraun backen.

In der Zwischenzeit 1 Zwiebel schälen und fein würfeln. 1 EL **GEFRO Natives Olivenöl Extra** in einem Topf erwärmen und die Zwiebelwürfel darin andünsten. Mit 100 ml Orangensaft ablöschen und 300 ml Wasser zugießen. Die Flüssigkeit erwärmen, 60 g **GEFRO Tomatensoße** einrühren und aufkochen. 1 EL Sojasoße und 1 TL Zucker unterrühren. Mit 1 EL **GEFRO BIO Würzmischung »Indisch Curry«** abschmecken.

4 Bratwürste in 1 EL **GEFRO Nativem Olivenöl Extra** anbraten.

Die gebratenen Würste in Scheiben schneiden und auf Tellern verteilen. Die Soße über die Würste geben und mit 1 EL **GEFRO BIO Würzmischung »Indisch Curry«** sowie 2 EL Röstzwiebeln, fertig aus der Dose, bestreuen.

Mit den Rosmarinkartoffeln servieren.

**Tipp:** Natürlich eignen sich auch Tofuwürste für die Zubereitung einer vegetarischen Alternative dieser leckeren Currywurst. Wer der Currysoße eine pikant-scharfe Note verleihen will, gibt ihr noch eine gehackte rote Chilischote bei.