



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

Einkaufszettel

Eier in Senfsoße

- GEFRO Helle Soße
- 1 kg Kartoffeln, mehligkochend
- 750 ml Milch, 1,5% Fett
- 2 EL Butter
- Salz
- Muskatnuss, frisch gerieben
- 8 frische Eier
- 3 EL grobkörnigen Dijonsenf
- 1 Kästchen Gartenkresse

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Eier in Senfsoße

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

18,5 g Fett	39,3 g Kohlenhydrate	28 g Eiweiß	4,8 g Ballaststoffe	438 kcal
-------------	----------------------	-------------	---------------------	----------

Brennwert

Eier in Senfsoße 1 kg mehligkochende Kartoffeln schälen und je nach Größe dritteln oder vierteln. In einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser weich kochen. Auf ein Sieb abgießen und kurz ausdämpfen.

250 ml Milch (1,5% Fett) in dem Topf erhitzen und die Kartoffeln mit der Kartoffelpresse hineindrücken. 2 EL Butter nach und nach unterrühren und das Püree mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken. Das Püree warmstellen.

8 frische Eier an der dicken runden Seite mit einer Nadel einstechen und in leicht kochendem Wasser 5 Minuten garen. In der Zwischenzeit 500 ml Milch in einem Topf erwärmen, 50 g **GEFRO Helle Soße** einrühren und aufkochen. 3 EL grobkörnigen Dijonsenf unterrühren. Die Eier aus dem Topf nehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und schälen.

Das Kartoffelpüree auf Tellern anrichten, jeweils zwei Eier dazugeben und mit der Senfsoße überziehen. Die Kresse (1 Kästchen Gartenkresse) abschneiden und über die Teller streuen.