



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

#### GEFRO KG

87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 0 800 / 95 95 100\*

Telefax 0 800 / 95 95 111\*

\*) gebührenfrei aus dem Festnetz

E-Mail: [info@gefro.de](mailto: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](http://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.