



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

**GEFRO KG**  
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0  
Telefax 08331 / 95 95 17

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

## Einkaufszettel

### Fetakäse im Zucchini-mantel mit Pestokartoffeln

- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO Pesto Verde
- 600 g kleine Kartoffeln, festkochend
- 2 kleine Zucchini
- Salz
- 4 Stücke Fetakäse, à ca. 100 g
- 250 g Kirschtomaten
- 4 Zweige Thymian

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

## Fetakäse im Zucchini-mantel mit Pestokartoffeln

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 55 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

28 g Fett	25 g Kohlenhydrate	23,2 g Eiweiß	5,5 g Ballaststoffe	450 kcal
-----------	--------------------	---------------	---------------------	----------

**Fetakäse im Zucchini-mantel mit Pestokartoffeln:** Den Backofen auf 180°C vorheizen. 600 g kleine, festkochende Kartoffeln in kochendem Salzwasser garen, auf ein Sieb abgießen und etwas abkühlen lassen. In der Zwischenzeit 2 kleine Zucchini putzen und mit dem Sparschäler längs in dünne Scheiben hobeln. 30 Sek. in kochendem Salzwasser garen, mit kaltem Wasser abschrecken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die 4 Fetakäse-Stücke mit den Zucchini-streifen umwickeln und mit **GEFRO Gewürz-Pfeffer** abschmecken.

250 g Kirschtomaten halbieren. Danach den Fetakäse mit den halbierten Kirschtomaten und 4 Thymianzweigen in eine ofenfeste Form legen und mit 2 EL **GEFRO Nativem Olivenöl Extra** beträufeln.

Für etwa 15 Min. in den Ofen geben. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und 1 EL **GEFRO Natives Olivenöl Extra** in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln darin anbraten, **GEFRO Pesto Verde** nach Packungsangabe zubereiten, zugeben und gut durchschwenken. Den Fetakäse mit den Kirschtomaten und den Pestokartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.