



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

Einkaufszettel

Gebratene Schweinefiletmedaillons mit Kartoffel-Mozzarella-Salat

- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO Suppe
- GEFRO Salatwürze
- GEFRO Brat- & Frittieröl
- 1 kg kleine, festkochende Kartoffeln, am Vortag gegart
- 2 EL Weißweinessig
- 300 g Mozzarella
- 1 rote Zwiebel
- 200 g Kirschtomaten
- 1 Bund Basilikum, gezupft und fein geschnitten
- 8 Schweinefiletmedaillons, à ca. 80 g
- Salz, Pfeffer, frisch gemahlen

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Gebratene Schweinefiletmedaillons mit Kartoffel-Mozzarella-Salat

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

33 g Fett 40,1 g Kohlenhydrate 55,7 g Eiweiß 7,3 g Ballaststoffe
689 kcal Brennwert

Gebratene Schweinefiletmedaillons mit Kartoffel-Mozzarella-Salat: 1 kg kleine, festkochende Kartoffeln, am Vortag gegart, schälen, in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. 250 ml klare Brühe aus **GEFRO Suppe** mit etwas **GEFRO Salatwürze** aufkochen und über die Kartoffeln geben. 2 EL Weißweinessig und 2 EL **GEFRO Natives Olivenöl Extra** zugeben, gut vermengen und ziehen lassen.

In der Zwischenzeit 300 g Mozzarella in ca. 2 cm große Stücke schneiden, 1 rote Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. 200 g Kirschtomaten halbieren. Mozzarella, Zwiebel, Kirschtomaten und Basilikum zu den Kartoffeln geben und untermengen. Eventuell mit etwas Salz und Pfeffer nachwürzen.

1 EL **GEFRO Brat- und Frittieröl** in einer Pfanne erhitzen. 8 Schweinefiletmedaillons mit Salz und Pfeffer würzen und in der Pfanne bei mittlerer Temperatur von jeder Seite etwa 4 Min. anbraten.

Jeweils etwas Salat auf Tellern anrichten und die Medaillons darauf verteilen.