



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

Einkaufszettel

Überbackenes Kalbsschnitzel mit Gorgonzola und buntem Blattsalat

- GEFRO Brat- & Frittieröl
- GEFRO Balance Dunkle Soße Kraft & Saft
- GEFRO Balance Salat-Dressing Gartenkräuter
- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- 8 Kalbsschnitzel, à ca. 100 g
- 4 Scheiben Kochschinken
- 120 g Gorgonzola
- 2 Strauchtomaten
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 250 g bunt gemischte Blattsalate, küchenfertig geputzt

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Überbackenes Kalbsschnitzel mit Gorgonzola und buntem Blattsalat

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

35 g Fett	5,8 g Kohlenhydrate	51,9 g Eiweiß	3,2 g Ballaststoffe
551 kcal Brennwert			

Überbackenes Kalbsschnitzel mit Gorgonzola und buntem Blattsalat: Den Ofen auf 180 °C vorheizen. 8 Kalbsschnitzel etwas flach klopfen. 4 Schinkenscheiben halbieren.

120 g Gorgonzola in 8 gleich große Stücke teilen. 2 Strauchtomaten vom Strunk befreien und in jeweils 4 gleich dicke Scheiben schneiden.

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin von jeder Seite 1 Minute kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Jedes Schnitzel mit einer Scheibe Schinken, zwei Tomatenscheiben und mittig mit einem Gorgonzolastück belegen.

Die belegten Schnitzel auf ein Backblech legen und für etwa 5 Minuten im vorgeheizten Ofen überbacken.

In der Zwischenzeit 25 g GEFRO Balance Dunkle Soße Kraft & Saft in 250 ml warmes Wasser einrühren, aufkochen und 1 Minute leicht köcheln lassen.

1 EL GEFRO Balance Salat-Dressing Gartenkräuter mit 2 EL GEFRO Nativem Olivenöl Extra und 4 EL Wasser verrühren. 250 g bunt gemischte Blattsalate in eine große Schüssel geben und mit dem Dressing marinieren.

Die Kalbsschnitzel aus dem Ofen nehmen und mit der Soße auf Tellern anrichten. Mit dem Blattsalat servieren.