



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

Bärlauchbratwurst mit karamellisiertem Zwiebel-Kartoffelsalat

- 4 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 200 ml GEFRO Suppe
- 1 kg kleine Kartoffeln, festkochend
- 1 große Gemüsezwiebel
- 2 TL Zucker
- 6 EL Weißweinessig
- 1 EL mittelscharfen Senf
- Salz
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 8 Bärlauchbratwürste oder -bratwurstschnecken, à 80 g
- 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Bärlauchbratwurst mit karamellisiertem Zwiebel-Kartoffelsalat

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 45 Minuten

Nährwerte pro Portion:

56,2 g Fett	3,1 g Kohlenhydrate	32,7 g Eiweiß	1,3 g Ballaststoffe	644 kcal
Brennwert				

Bärlauchbratwurst mit karamellisiertem Zwiebel-Kartoffelsalat

1. Kartoffeln garen:

1 kg kleine, festkochende Kartoffeln in kochendem Salzwasser ca. 15–20 Minuten bissfest garen.

Abgießen, leicht auskühlen lassen, pellen und in Scheiben schneiden.

Die Kartoffelscheiben in eine große Schüssel geben.

2. Zwiebeln karamellisieren:

1 Gemüsezwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelstreifen bei mittlerer Hitze langsam goldbraun anbraten.

1 TL Zucker darüberstreuen und unter Rühren karamellisieren lassen.

Die karamellisierten Zwiebeln zu den Kartoffeln geben.

3. Marinade zubereiten:

200 ml klare Brühe aus GEFRO Suppe aufkochen.

6 EL Weißweinessig, 1 TL Zucker, 2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl und 1 EL Senf hinzufügen und kräftig verrühren.

Die heiße Marinade über die Kartoffeln gießen und alles gut vermengen.

Mit Salz und GEFRO Gewürz-Pfeffer abschmecken und lauwarm ziehen lassen.

4. Bratwürste grillen:

8 Bärlauchbratwürste auf den heißen Grill legen und von beiden Seiten jeweils etwa 3 Minuten grillen, bis sie schön gebräunt sind.

5. Servieren:

Den lauwarmen Zwiebel-Kartoffelsalat auf Tellern anrichten, die gegrillten Bratwürste danebenlegen.

Mit 2 EL fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen und sofort servieren.

Tipps & Varianten:

■ **Tipp:** Der Kartoffelsalat schmeckt auch hervorragend, wenn er ein paar Stunden durchzieht – so verbinden sich die Aromen besonders gut.

■ **Variante:** Statt Bärlauchbratwürsten passen auch feine Kalbsbratwürste oder vegetarische Gemüsebratlinge perfekt zu diesem Salat.

■ **Nicht vergessen:** Wer mag, kann den Salat mit frischem Bärlauch oder etwas GEFRO

Kräuterwürze verfeinern – das hebt das Aroma der Bratwürste noch stärker hervor.