



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

Gebackene Mozzarellakugeln auf Tomatensalat

- GEFRO BIO Würzmischung Bella Italia
- 2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- GEFRO Brat- & Frittieröl
- GEFRO Salatwürze
- 1 Ei, Kl. M
- 3 EL Semmelbrösel
- 1 EL Polenta
- 3 EL Mehl
- 12 Mozzarellakugeln
- 250 g Kirschtomaten
- 10 Blätter Basilikum
- 2 Schalotten
- 2 EL Balsamico-Essig

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Gebackene Mozzarellakugeln auf Tomatensalat

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 30 Minuten

Nährwerte pro Portion:

44,9 g Fett	12,5 g Kohlenhydrate	11,6 g Eiweiß	1,2 g Ballaststoffe	497
kcal Brennwert				

Gebackene Mozzarellakugeln auf Tomatensalat

1▣ Mozzarellakugeln vorbereiten:

1 Ei in einem tiefen Teller verquirlen.
3 EL Semmelbrösel mit 1 EL Polenta mischen und ebenfalls in einen Teller geben.
3 EL Mehl in einen dritten Teller füllen.
12 Mozzarellakugeln mit **GEFRO BIO Würzmischung Bella Italia** würzen. Jede Kugel zuerst im Mehl, dann im Ei und zuletzt in der Semmelbröselmischung wenden.

2▣ Tomatensalat zubereiten:

250 g Kirschtomaten vierteln und in eine Schüssel geben.
10 Basilikumblätter in feine Streifen schneiden.
2 Schalotten schälen und würfeln.
Alles miteinander vermengen. Mit 2 EL **GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra**, 2 EL **Aceto Balsamico di Modena IGP** und **GEFRO Salatwürze** marinieren. Den Tomatensalat in kleine Schälchen oder Teller füllen.

3▣ Mozzarellakugeln frittieren:

In etwas heißem **GEFRO Brat- & Frittieröl** die Kugeln goldbraun ausbacken.
Jede Kugel auf einen kleinen Holzspieß stecken.

4▣ Anrichten & Servieren:

Die knusprigen Mozzarellakugeln auf dem Tomatensalat verteilen und sofort servieren.

▣ Tipps & Varianten:

▣ **Tipp:** Am besten die Mozzarellakugeln direkt vor dem Servieren frittieren, damit sie schön warm und knusprig bleiben.

▣ Varianten:

▣ **Kräuterkruste:** Frisch gehackte Kräuter unter die Semmelbrösel mischen.

▣ **Nusskruste:** Einen Teil der Semmelbrösel durch gehackte Nüsse ersetzen.