



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

Gebratene Schupfnudeln mit Spargel-Pfifferlingfrikassee

- 30 g GEFRO Helle Soße
- 1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 1 kg Kartoffeln, mehligkochend
- 300 g Mehl
- 3 Eier, Kl. M
- 500 g grüner Spargel
- 500 g weißer Spargel
- 100 g kleine Pfifferlinge, geputzt
- 250 ml Milch
- 1 EL Butter
- 1 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- Salz
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- einige Kerbelzweige zum Garnieren

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Gebratene Schupfnudeln mit Spargel-Pfifferlingfrikassee

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 70 Minuten

Nährwerte pro Portion:

14,2 g Fett	97,2 g Kohlenhydrate	24,4 g Eiweiß	13,8 g Ballaststoffe	627
kcal Brennwert				

Gebratene Schupfnudeln mit Spargel-Pfifferlingfrikassee

1. Schupfnudelteig zubereiten:

1 kg Kartoffeln in kochendem Salzwasser garen, schälen und noch warm durch die Kartoffelpresse drücken.
Mit 300 g Mehl, 3 Eiern, etwas Salz und Muskatnuss zu einem glatten Teig verarbeiten.

2. Schupfnudeln formen & garen:

Aus dem Teig ca. 1,5 cm dicke Rollen formen und in etwa 5 cm lange Stücke schneiden. Die Stücke über die Hand rollen, sodass die Enden leicht spitz zulaufen.
In leicht köchelndem Wasser ca. 5 Minuten garen, bis die Schupfnudeln an die Oberfläche steigen.
Mit der Lochkelle herausnehmen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen.

3. Spargel vorbereiten:

Weißer Spargel schälen und bei beiden Sorten (weiß & grün, sofern genutzt) die holzigen Enden abschneiden.
Die Stangen schräg in ca. 3 cm lange Stücke schneiden.
In kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen.

4. Helle Soße kochen:

250 ml Milch erwärmen und 30 g **GEFRO Helle Soße** einrühren.
Aufkochen lassen und 1 EL frisch gepressten Zitronensaft untermischen.

5. Pfifferlinge & Schupfnudeln braten:

1 EL **GEFRO Brat- & Frittieröl** in einer Pfanne erhitzen und 100 g Pfifferlinge darin anbraten. Pilze herausnehmen und 1 EL Butter in der Pfanne schmelzen.
Die Schupfnudeln in der Butter goldbraun anbraten und mit Salz und **GEFRO Gewürz-Pfeffer** würzen.

6. Frikassee vollenden:

Pfifferlinge und Spargel in die helle Soße geben und nochmals aufkochen lassen.

7. Anrichten & Servieren:

Schupfnudeln auf Tellern anrichten, das Spargel-Pfifferlingfrikassee darübergeben.
Mit Kerbel garnieren und genießen.

☞ **Tipp:** Die Schupfnudeln gelingen besonders schön, wenn der Teig noch warm verarbeitet wird
– so bleibt er geschmeidig.