



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 Schweinefiletmedaillons mit Kartoffel-Mozzarella-Salat

- 2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- 250 ml GEFRO Suppe
- GEFRO Salatwürze
- 1 EL 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▣ Kartoffelsalat vorbereiten:

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 gießen.

2 EL Weißweinessig und 2 EL **GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra** zugeben, alles gut vermengen und ziehen lassen.

2▣ Mozzarella & Gemüse untermischen:

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 vorsichtig unterheben.

Bei Bedarf mit etwas Salz und **GEFRO Gewürz-Pfeffer** abschmecken.

3▣ Schweinefiletmedaillons braten:

1 EL **GEFRO Brat- und Frittieröl** in einer Pfanne erhitzen.

8 Schweinefiletmedaillons mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Temperatur von jeder Seite ca. 4 Min. anbraten.

4▣ Anrichten & Servieren:

Den Kartoffel-Mozzarella-Salat auf Tellern anrichten und die Medaillons darauf verteilen. Sofort servieren.

▣ Tipps & Varianten:

▣ **Tipp:** Damit der Kartoffelsalat perfekt zieht, die Kartoffeln unbedingt noch warm mit der heißen Brühe mischen – so nehmen sie das Dressing optimal auf.

▣ **Variante:** Für eine frische, mediterrane Note können zusätzlich ein paar schwarze Oliven oder fein geschnittene getrocknete Tomaten unter den Salat gemischt werden