



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

Geschmolzene Brotsuppe mit Röstzwiebeln

- 2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 1 Liter GEFRO Suppe
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 300 g Bauernbrot
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 2 EL Butter
- Muskatnuss, frisch gerieben
- 2 EL Petersilie, fein gehackt

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Geschmolzene Brotsuppe mit Röstzwiebeln

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 25 Minuten

Nährwerte pro Portion:

23,2 g Fett	37,5 g Kohlenhydrate	7,2 g Eiweiß	7,3 g Ballaststoffe	387
kcal Brennwert				

Geschmolzene Brotsuppe mit Röstzwiebeln

1. Zwiebeln & Brot vorbereiten:

2 Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.
300 g Bauernbrot in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden.

2. Röstzwiebeln anbraten:

2 EL **GEFRO Brat- & Frittieröl** in einer Pfanne erhitzen.
Zwiebelstreifen darin bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Wenden goldbraun rösten.
Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Brotwürfel rösten:

2 EL Butter in der gleichen Pfanne schmelzen.
Die Brotwürfel darin rundherum goldbraun anbraten.
Ebenfalls auf Küchenpapier abtropfen lassen.

4. Suppe kochen:

1 Liter klare Brühe aus **GEFRO Suppe** aufkochen.
Mit etwas Muskatnuss würzen.

5. Anrichten:

Brotwürfel und Röstzwiebeln in tiefe Teller verteilen.
Die heiße Brühe darüber gießen.
Mit 2 EL fein gehackter Petersilie bestreuen und servieren.

Tipps:

■ Besonders aromatisch wird die Suppe, wenn du das Bauernbrot vorher leicht im Ofen vorknuspest – so bleibt es in der Brühe länger stabil und sorgt für noch mehr Biss.