



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

Kartoffelgnocchi in Allgäuer Bergkäsesoße mit Lauch und Pfifferlingen

- GEFRO Suppe
- 30 g GEFRO Helle Soße
- GEFRO Omega-3-Speiseöl
- GEFRO Ballaststoff Nudeln
- 500 g frische Kartoffelgnocchi
- Salz
- 1 Stange Lauch
- 600 g kleine Pfifferlinge, geputzt
- Milch, 1,5% Fett
- 100 g Allgäuer Bergkäse

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Kartoffelgnocchi in Allgäuer Bergkäsesoße mit Lauch und Pfifferlingen

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 35 Minuten

Nährwerte pro Portion:

13,5 g Fett	94,2 g Kohlenhydrate	21,7 g Eiweiß	17,7 g Ballaststoffe	592
kcal Brennwert				

Kartoffelgnocchi in Allgäuer Bergkäsesoße mit Lauch und Pfifferlingen

1. Gnocchi kochen:

500 g frische Kartoffelgnocchi in reichlich Salzwasser bissfest garen. Anschließend auf ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen.

2. Gemüse vorbereiten:

1 Stange Lauch der Länge nach halbieren, gründlich waschen und in feine Streifen schneiden. Etwas **GEFRO Omega-3-Speiseöl** in einer Pfanne erhitzen. Gnocchi, Lauchstreifen und 600 g kleine, geputzte Pfifferlinge nacheinander darin anbraten. Mit **GEFRO Suppe** würzen.

3. Käsesoße zubereiten:

300 ml Milch (1,5 % Fett) in einem Topf erwärmen und 30 g **GEFRO Helle Soße** einrühren. Kurz aufkochen lassen.

4. Alles vermengen:

Gnocchi, Lauchstreifen und Pfifferlinge in die Soße geben. 100 g fein geriebenen Allgäuer Bergkäse unterrühren, bis er geschmolzen ist.

5. Servieren:

Das Gericht sofort heiß servieren.

Tipps & Varianten:

Tipp 1: Das Gericht schmeckt auch wunderbar mit kleinen Semmelknödeln oder **GEFRO Ballaststoff Nudeln**.

Tipp 2: Ein kleines Stück Knoblauch beim Anbraten der Pfifferlinge verleiht dem Gericht eine würzige Note.

Variante 1: Anstelle von Pfifferlingen schmecken auch Steinpilze oder Champignons hervorragend..

Variante 2: Für eine herzhaftere Variante einige Speckwürfel knusprig anbraten und vor dem Servieren über das Gericht streuen – das sorgt für einen köstlichen Kontrast zur cremigen Käsesoße.