



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

Rehragout in Orangensoße mit Haselnuss-Schupfnudeln

- 1 TL GEFRO Honig Wald & Blüte
- 1 EL GEFRO Soße zu Braten
- 800 ml GEFRO Suppe
- 1 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 2 Wacholderbeeren
- 1 Sternanis
- 1 Lorbeerblatt
- 1 kg Rehfleisch aus der Keule, küchenfertig gewürfelt
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 300 ml Orangensaft
- 2 Orangen
- 1 EL Butter
- 400 g Schupfnudeln
- 60 g Haselnusskerne, gehobelt
- 4 Zweige Thymian

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Rehragout in Orangensoße mit Haselnuss-Schupfnudeln

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 120 Minuten

Nährwerte pro Portion:

27 g Fett	32,8 g Kohlenhydrate	62,1 g Eiweiß	5,4 g Ballaststoffe	625 kcal Brennwert
-----------	----------------------	---------------	---------------------	--------------------

Rehragout in Orangensoße mit Haselnuss-Schupfnudeln: 800 ml **klare Brühe aus GEFRO Suppe** in einen Topf geben und mit 2 Wacholderbeeren, 1 Sternanis, 1 Lorbeerblatt und 1 TL **GEFRO Honig Wald & Blüte** aufkochen und auf etwa 700 ml einkochen. Durch ein Sieb passieren.

1 EL **GEFRO Brat- & Frittieröl** in einem Topf erhitzen und 1 kg Rehfleisch darin rundherum anbraten. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und mit 300 ml Orangensaft ablöschen. Die Brühe zugießen und aufkochen. Bei mittlerer Temperatur etwa 60 - 70 Minuten zugedeckt garen.

In der Zwischenzeit 3 Streifen Orangenschale mit einem Sparschäler dünn abschälen und das Weiße auf der Innenseite mit dem Messer entfernen. Die Schale in feine Streifen schneiden. Die 2 Orangen schälen und auch hierbei das Weiße entfernen. Die Orangenfilets zwischen den Trennhäuten herausschneiden.

Das fertig gegarte Rehragout in ein Sieb gießen und die Soße dabei in einem Topf auffangen. 1 EL **GEFRO Soße zu Braten** einrühren und aufkochen. Die Orangenschale und -filets zugeben. Das Fleisch wieder in die Soße geben und etwas ziehen lassen.

In der Zwischenzeit 1 EL Butter in einer Pfanne zerlassen und 400 g Schupfnudeln darin anbraten. 60 g gehobelte Haselnüsse und 4 Zweige Thymian zugeben und ebenfalls kurz anbraten.

Das Rehragout mit den Schupfnudeln auf Tellern anrichten.