

STAND: JULI 2016

Kartoffelbrei



Zutaten

1 Portion

200 g	Kartoffeln
120 ml	Fresubin® 2 kcal DRINK Neutral
10 ml/ 1 EL	Sahne, 30 % Fett
	Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung

Kartoffeln kochen und durch eine Kartoffelpresse drücken oder mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Fresubin® 2 kcal DRINK Neutral in der Mikrowelle erwärmen und zusammen mit der Sahne und den Gewürzen zügig mit einem Schneebesen in die Kartoffelmasse rühren.

Tipp

Die Kartoffelmenge etwas reduzieren und z. B. mit gekochtem Knollensellerie oder Karotten ergänzen. Die Zubereitung ist wie bei Kartoffelbrei. Den Kartoffelbrei mit gehacktem Schnittlauch oder Petersilie zubereiten.

Nährwerte pro Portion:

Energie	412 kcal
Eiweiß	16,0 g
Kohlenhydrate	57,3 g
Fett	12,6 g