

GRUNDREZEPTUR  
WARMER  
MITTAGESSEN-SCHAUM  
*am Beispiel Gulasch*

Zutaten	Grundrezept
150 g	fertig gegartes Gulasch
300 ml	Gemüsebrühe
150 ml	Sahne 30% Salz, Pfeffer
2 DL	SPUMA instant

**Variationen:**

Fertig gegartes Gulasch in gleicher Menge durch eine andere Hauptzutat ersetzen. Zum Beispiel:

- Bolognese
- Braten
- Bratwurst
- Eintöpfe
- Fisch
- Fleischkäse
- Frikassee
- Hacksteak
- Schnitzel
- o.ä.

Nährwerte pro 100g  
(am Beispiel Gulasch)

Brennwert/ Kalorien	408 kJ/ 99 kcal
Fett	9,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	5,5 g
Kohlenhydrate	1,6 g
davon Zucker	1,0 g
Ballaststoffe	0,9 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,7 g

**Zubereitung:**

Alle Zutaten allerfeinst pürieren, ggf. nachwürzen und durch ein Sieb streichen. Mit SPUMA instant verrühren, in einen 0,5l Whipper einfüllen und mit 1-2 Patronen begasen und 5-10 Minuten ruhen lassen. Gut schütteln. Bis zum Servieren im Wasserbad heißstellen.

**Hinweis:**

Das Rezept ist insbesondere für den Bedarf an etwas größeren Mengen für das Aufschlagen in einer Küchenmaschine mit Rührbesen hervorragend geeignet. Hierfür wird die Masse einfach ca. 15 Minuten aufgeschlagen und anschließend in Portionsgläsern eingefüllt.



Serviervorschlag

GRUNDREZEPTUR  
WARMER  
MITTAGESSEN-SCHAUM  
*am Beispiel Gulasch*