

Zwischenflüher Kopfsalat aus dem Naturpark Diemtital

Vorspeise



Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit: ca. 5 Minuten

Zutaten

- 1 Kopfsalat, gerüstet
- 120g Speckwürfeli
- 2 Eier
- 1 knapper dl Essig
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- 1 EL Krause Minze, geschnitten

Zubereitung

- Speckwürfeli in wenig Öl andünsten.
- Eier zerschlagen und in einer Pfanne unter stetem Rühren stocken lassen. Anschliessend Pfanne vom Feuer nehmen.
- Mit Essig, Öl, Gewürzen und Minze vermengen.
- Noch leicht lauwarm über den Kopfsalat geben und sofort geniessen.

Wissenswertes

- Der Zwischenflüher Kopfsalat ist ein altes Gericht, das auf den Diemtitaler Alpen auf der Dreibeinpfanne über dem offenen Feuer zubereitet und von Generation zu Generation weitergegeben wurde.

Tipps

- Kann mit Gschwellti und Bergkäse als einfaches Abendessen gereicht werden.

Autorin

Anna Kunz
Gasthof Hirschen Oey
www.hirschenoey.ch