



**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 800 g Erdäpfel, speckig
- Salz
- Pfeffer, gemahlen
- 6 EL Pflanzenöl
- 1 TL Senf
- Obstessig
- Rindsuppe
- 2 Stk. gelbe Zwiebeln
- 1 Bund Schnittlauch

**Mein persönlicher Tipp**

Der Erdäpfelsalat wird besonders sämig wenn ein Viertel der festkochenden Erdäpfel durch mehligke Erdäpfel ersetzt wird!



**Theresia Auer**

Seminarbäuerin im Bezirk Schärding

**Quellen:**



Mag. Christine Schober, Mag. Helmut Eiselsberg, Ulrike Haunschmid & Romana Schneider: *Kursunterlage Erdäpfelküche- Entdecke die Vielfalt der tollen Knolle*

**Einfacher Erdäpfelsalat**



Foto: LK OÖ/Maria Schönleitner - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- o Erdäpfel waschen, dämpfen und schälen.
- o Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden.
- o Schnittlauch fein nudelig schneiden.
- o Erdäpfel so heiß wie möglich in dünne Scheiben schneiden, salzen, mit vorbereiteter heißer Suppe knapp überdecken und diese gut einziehen lassen.
- o Öl in eine Schüssel geben, mit Senf aufschlagen, Obstessig zugeben und zusammen mit den Zwiebeln unter die Erdäpfel mischen.
- o Salat mit Pfeffer aus der Mühle und Salz würzen, mit Schnittlauch bestreuen.

**Variationen**

- o Statt Schnittlauch: im Frühling Brunnenkresse oder Bärlauch, im Sommer fein geschnittene Blätter und die Blüten der Kapuzinerkresse verwenden.
- o Mit Speck: Speck fein würfelig schneiden, in der Pfanne mit Zwiebeln anbraten, mit Rindsuppe aufgießen, Essig und Öl dazugeben und alles über die Erdäpfel gießen, würzen und ebenfalls lauwarm servieren!
- o Erdäpfel - Vogelsalat oder Erdäpfel - Endiviensalat mit Leinöl – Vogelsalat waschen, Endiviensalat in Streifen schneiden – beide sollte man mit Zitronensaft beträufeln.

Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen  
traditionell & saisonal



lk Bäuerinnen Österreich

Eine Initiative des  
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

LE 14-20  
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investieren Europa in  
die ländlichen Gebiete.

