

Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

- 300 g Pastinaken
- 300 g Topinambur
- 3 EL Walnussöl
- 2 EL Apfelessig
- 4 EL Sauerrahm
- 3 EL gehackte Walnüsse
- Zitronensaft
- Kräutersalz
- Pfeffer, frisch gemahlen

Mein persönlicher Tipp

Ideal als Vorspeise oder als Beilage zu Wild! Pastinaken und Topinambur können mit Sellerie, Petersilienwurzeln oder Kürbis kombiniert bzw. ersetzt werden.



Elisabeth Pirngruber
Seminarbäuerin im Bezirk Urfahr

Pastinaken-Topinambursalat



Foto: LKOOE/Evelyn Puchner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Pastinaken und Topinambur schälen und in feine Streifen schneiden bzw. raspeln.
- Mit Zitronensaft, Öl, Essig und Rahm vermischen und pikant abschmecken.
- Die Walnüsse in einer Pfanne leicht rösten und über den Salat streuen.

Quellen:



Mag. Christine Schober, Monika Lindbichler-Sohneg, Ing. Andreas Hager & Romana Schneider:

Kursunterlage Wild



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.

