

Traditioneller Bauernsalat

Erfrischende Mahlzeit an heißen Sommertagen

Der traditionelle Bauernsalat ist eine willkommene Mahlzeit an warmen Tagen. Wenn du nach einer ausgiebigen Wanderung in unserer Region wohlverdient in einer Hütte deiner Wahl einkehrst, wirst du den Bauernsalat oftmals auf der Speisekarte finden. Wir entscheiden uns sehr gerne für diese Köstlichkeit, denn der knackige Salat erfrischt nach dem fordernden Aufstieg. Zusätzlich wirst du vom Gröstl gesättigt und mit neuer Energie versorgt. Was wir besonders gut finden ist, dass die verwendeten Lebensmittel zum Großteil immer aus eigenem Anbau oder eigener Produktion der Hüttenwirte kommen. Alles, was fehlt, wird regional zugekauft.

Falls du zwischendurch wieder einmal Lust auf die österreichische Küche hast und dein Urlaub bei uns noch nicht unmittelbar vor der Türe steht, eignet sich der Bauernsalat perfekt zum zuhause nachkochen. Wir haben dir dafür das Rezept zusammengefasst. Die Zutaten für den Salat kannst du immer nach deinen eigenen Vorlieben zusammenstellen:

Zutaten für ca. 4 Portionen Bauernsalat:

Für den Salat:

Blattsalat (bestenfalls aus dem eigenen Garten)

Tomaten

Radieschen

Gurke

Paprika

Dressing: Essig, Öl, Wasser, Salz, Pfeffer, Honig, Senf sowie Kräuter nach Geschmack

Für das Gröstl:

600g festgekochte Erdäpfel, blättrig geschnitten

250g Schinkenspeck / Karreespeck, würfelig geschnitten

1 Zwiebel

1-2 EL Butterschmalz

Salz, Pfeffer

Gewürze nach Geschmack (Majoran, Kümmel, Petersilie, etc.)

Zubereitung des traditionellen, Pinzgauer Bauernsalat

Schneide die Zutaten für den Salat klein, wasche sie und mische sie in einer großen Schüssel zusammen. Für das Dressing mischt du Essig, Öl und Wasser zu gleichen Teilen, würzt es mit Salz, Pfeffer, Honig und Senf. Zum Schluss wird es noch mit heimischen Kräutern verfeinert (zB Petersilie, Schnittlauch, Liebstöckel, etc.). Danach kannst du es direkt zum Salat geben und alles gut durchrühren.

Danach wird in einer großen Pfanne das Butterschmalz geschmolzen. Röste darin die würfelig geschnittene Zwiebel kurz an und gib den Speck dazu. Zum Schluss mengst du noch die Kartoffeln bei und brätst alles unter ständigem Wenden goldbraun an. Würze das Gröstl dann nach deinem Geschmack mit Salz, Pfeffer und diversen Kräutern (zB. Majoran, Kümmel, Petersilie, etc.).

Du kannst das warme Gröstl dann direkt zum Salat geben, alles gut durchmischen und schon ist dein Bauernsalat fertig. Bei Wunsch kannst du den Bauernsalat noch mit einem Spiegelei verfeinern.

Wir lieben österreichische Kräuter zum Verfeinern unserer Mahlzeiten

Im Sommer werden bei uns viele heimische Kräuter im Garten gesetzt, damit wir unsere Speisen damit verfeinern können. Auch im Hotel verfügen wir über einen kleinen Kräutergarten. Die Kräuter verwenden wir unter anderem für die Zubereitung unserer selbstgemachten Aufstriche fürs Frühstücksbuffet. Unser köstlicher Bauernsalat bekommt erst durch die heimischen Kräuter das richtig gute Aroma. Wir verwenden beispielsweise Schnittlauch, Petersilie, Dill und Thymian.

Wenn du interessiert in die verschiedenen heimischen Kräutern bist, empfehlen wir dir während deines Aufenthalts bei uns unbedingt einen Besuch im Hollersbacher Kräutergarten. Dort erwarten dich 500 verschiedene Pflanzen auf ca. 8.000 m².

Wir wünschen dir gutes Gelingen – lass es dir schmecken. Falls die Sehnsucht nach der Hüttekulinarik vom Nationalpark Hohe Tauern dann doch zu groß ist, freuen wir uns immer über deine Anfrage und deinen baldigen Besuch im Hotel Garni Pinzgau.