



# Bayrischer Brotsalat mit Emmentaler, Limburger, Wachsei, Schnittlauch und jungem Spinat



## Zutatenliste für 4 Personen

2 Laugenstangen  
1 EL Pflanzenöl  
150 g Allgäuer Emmentaler  
80 g Limburger  
100 g junger Spinat  
1 rote Zwiebel  
1-2 EL Apfelessig  
80 g Gewürzgurken  
40 ml Gurkenwasser  
1 EL Süßer Senf  
1-2 EL Keimöl  
1 Bund Schnittlauch  
4 Radieschen  
Salz, Pfeffer  
4 frische Eier  
40 g Röstzwiebeln



## Zeitangaben

Zubereitung 45 Minuten



## Auswertung pro Portion

Kcal	506
KJ	2117
Eiweiß	26,9
Fett	32,0
Kohlenhydrate	26,4

## Zubereitung

1. Die Laugenstangen in kleine Würfel schneiden oder wahlweise der Länge nach halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Anschließend in 1 EL Öl goldbraun anrösten.
2. Beide Käsesorten ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Spinat waschen und trocken tupfen. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Mit dem Apfelessig 5 Min. marinieren.
3. Die Gewürzgurken in dünne Scheiben schneiden. Gurkenwasser, Süßer Senf und Keimöl unter die Zwiebeln rühren und die Marinade mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und unterheben. Die Radieschen waschen und in feine Scheiben schneiden.
4. Die Eier wachweich kochen und vorsichtig schälen.
5. Kurz vor dem servieren Brotwürfel, Käsewürfel, Gurkenscheiben, Junger Spinat und Marinade mischen und in tiefe Teller verteilen. Jeweils in die Mitte ein geöffnetes Ei setzen. Mit Röstzwiebeln, etwas Marinade Salz betreut servieren.