



Marinierter Allgäuer Bergkäse mit Löwenzahnsalat



Zutatenliste (für 4 Personen)

100 g Kartoffeln
1 kleine Zwiebel
1 TL Butter
200 g Allgäuer Bergkäse
1/2 unbehandelte Zitrone
1 rote Zwiebel
100 ml Brühe
2 EL Weißweinessig
40 ml Olivenöl
3 Bund gelber Löwenzahn
1/2 Bund Koriander
1/2 Bund Petersilie
getrockneter Majoran
Muskat
Salz, Pfeffer



Zeitangaben

Zubereitung 35 Minuten
Garzeit 20 Minuten



Auswertung pro Portion

Kcal	416
KJ	1743
Eiweiß	22,5
Fett	29,8
Kohlenhydrate	13,5

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser 20 Min. weich kochen. Währenddessen die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden, in der Butter glasig dünsten und beiseite stellen.
2. Den Bergkäse von der Rinde befreien und in dünne Scheiben schneiden. Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Rote Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden, mit Zitronenschale und Saft mischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Majoran würzen. Ziehen lassen.
3. Gekochte Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen und in eine Schüssel passieren. Die Brühe aufkochen und mit Essig, Olivenöl und den gedünsteten Zwiebeln unter die Kartoffeln rühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken. Die Konsistenz soll cremig, fast flüssig sein.
4. Löwenzahn putzen, waschen und trockenschleudern. Die Kräuter waschen, trockenschütteln und grob hacken. Käsescheiben mit den marinierten Zwiebeln auf Teller verteilen und mit Löwenzahn, Kräutern und Kartoffelvinaigrette anrichten.

TIPP: Dazu passen geröstete Weißbrotstreifen mit etwas Butter und Waldhonig.