

## Rezept

# Tiroler Gröstl mit grünem Salat

Ein Rezept von Tiroler Gröstl mit grünem Salat, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>ca. 400 g</b> gegarte Kartoffeln	<b>1</b> kleine Zwiebel
<b>ca. 250 g</b> gegarter Schweinebraten	<b>2 EL</b> Öl
Salz, frisch gemahlener Pfeffer	<b>1/2 TL</b> ganzer Kümmel (nach Belieben)
<b>1/2 Kopf</b> Blattsalat (z. B. Batavia)	<b>1/2 Bund</b> Schnittlauch
<b>2 EL</b> Weißweinessig	Salz, Zucker, frisch gemahlener Pfeffer
<b>1/2 TL</b> mittelscharfer Senf	<b>4 EL</b> Öl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln pellen und in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen, längs halbieren und in Spalten schneiden. Das Fleisch in feine Streifen schneiden.

---

2. Die Salatblätter ablösen, waschen, in einem Sieb abtropfen lassen und in Stücke zupfen. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Aus Essig, Salz, Zucker, Pfeffer, Senf und Öl, wie auf Seite 16 beschrieben, in einer großen Schüssel eine Salatsauce zubereiten und den Schnittlauch untermischen.

---

3. Eine große Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und das Öl hineingeben. Die Kartoffelscheiben einlegen und 3-4 Min. offen anbraten. Die Kartoffeln mit einem Pfannenwender wenden. Die Zwiebeln und das Fleisch dazugeben, mit Salz, Pfeffer und, nach Belieben, mit Kümmel würzen. 4-5 Min. weiterbraten, dabei noch einige Male wenden.

---

4. Den abgetropften Salat zum Dressing geben und gut durchmischen. Das Gröstl auf zwei Teller verteilen und mit dem Salat servieren.