



Bärenklau-Tortilla

Der Wiesenbärenklau entwickelt beim Dünsten einen ganz besonderen süßlich-aromatischen Geschmack, der sehr gut mit Ei und Kartoffel harmoniert.

Zutaten:

ca. 600 g Kartoffeln (gekocht gewogen)
2-3 dicke Bund Wiesenbärenklau
6 Eier
Salz, Pfeffer, Muskat
Pflanzenöl

Zubereitung:

Die Kartoffeln kochen, pellen und dann in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Es sollten ca. 600 g sein. Wiesenbärenklau waschen, in der Salatschleuder trocknen, grob hacken und in etwas Öl andünsten, sodass er zusammenfällt, salzen.

Die Eier in eine Schüssel geben, kräftig salzen, mit Pfeffer und Muskat würzen und verschlagen. Kartoffeln und Gemüse vorsichtig untermischen. Mit Öl bei milder Hitze in einer beschichteten Pfanne von jeder Seite 8-10 Minuten mit Deckel backen lassen. Ggf. in zwei Portionen zubereiten.

Das Gericht schmeckt warm und kalt.



©FBB/Annette Stucken

Der Wiesenbärenklau kann auch durch andere Wildgemüse (z.B. Giersch, Brennnessel, Klettenlabkraut-Triebe) oder glatte Petersilie ersetzt werden. Das oben beschriebene besondere Aroma entwickelt die Tortilla aber nur mit dem Wiesenbärenklau.