



## Überbackene Erdäpfelkrustln. . . „tirolensis“<sup>©</sup>

Zutaten für 4-6 Krustln:

- 500 g Kartoffeln (auch Erdäpfel), **vom Tiroler Bauern. . .**  
festkochende – geschält
- 1 ST **Hühnerei** – vom **freilaufenden Huhn „Tirolensis“** –  
muss nit unbedingt Bio sein ☺
- 120 g Zwiebel, **vom Tiroler Bauern. . .** in kleine Würfel geschnitten
- 60 g Weizenmehl (oder Dinkelmehl) glatt = 3 EL
- a **Salz**, Steinsalz – Himalaja
- und an Pfeffer, **Faire** – gehandelt

Tafelöl zum Braten der Krustln = *maximal einen halben cm hoch genügt voll*

Weiters. . .

- 2 ST kleine Tomaten, **vom Tiroler Bauern. . .**
- 100 g Bergkäse oder TirolerAlmkäse, **vom Tiroler Bauern. . .**
- ca. 30 g Jungzwiebel, vom **Tiroler Bauern. . .**

Herstellung:

1. Die Erdäpfel durch die grobe Reibe reiben, in eine vorbereitete Schüssel mit kaltem Wasser geben um die Stärke der Kartoffel auszuwaschen.
2. Durch ein Sieb schlagen und die Erdäpfelraspeln gut ausdrücken und in eine Schüssel geben.
3. Ei, die kleingewürfelten Zwiebelstücke und das Mehl dazugeben, miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Tafelöl in eine beschichtete Pfanne geben und auf  $\frac{3}{4}$  hoch erhitzen.
5. Die Krustlmasse mit einem Esslöffel schön rund in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze (zurückschalten) 4-5 Minuten langsam knusprig braten.
6. In der Zwischenzeit die Tomaten waschen, Strunk entfernen und in ca. 1-1,5 cm dicke Scheiben schneiden.
7. Den Käse durch die mittlere Reibe reiben und die gewaschenen Jungzwiebel in feine Ringe schneiden.
8. Die Erdäpfelkrustln wenden, etwas Käse darauf verteilen, mit den Tomatenscheiben belegen, die Jungzwiebelringe darauf verteilen und mit nochmals mit Käse abschließen.
9. Deckel auf die Pfanne und weitere 3-4 Minuten braten (schmelzen) lassen.
10. Krustln aus der Pfanne geben kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und anrichten.

Tipp:

- Genial dazu passt ein Gurkendip bestehend aus:  
100 Joghurt, 100 g Sauerrahm, 100 g Salatgurkenraspel (entwässert), 1 EL frisch gehackte Dille, Spritzer Zitronensaft und Salz bzw. Pfeffer.
- und ein schöner grüner Salat, natürlich von einem Tiroler Gemüsebauern

