



Baden-Württemberg
is(s)t Bio in der
Gemeinschaftsverpflegung



mit BIOBW-
Kartoffeln



Bauernpfanne mit Kartoffeln, Pilzen, Ei & Speck

Bio-Zutaten für 10 Portionen

2,5 kg	Kartoffeln, festkochend (vorgekocht und abgekühlt)
500 g	flüssiges Voll-Ei (entspricht 10 frischen Eiern)
1 kg	Pilze, gemischt (z. B. Champignons, Shiitake)
500 g	Lauch, in Ringe geschnitten
250 g	Speckscheiben*
10 g	Knoblauchzehen, geschält und gehackt
250 g	Salat (z. B. Feldsalat)
	Salz & Pfeffer
	Öl zum Braten
	Dressing aus Essig, Öl, Senf, Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Gemüsebrühe

Zum Servieren

Radieschen, Essiggurke, Gurkenscheiben,
Schnittlauch

*Statt Speck können eingelegte,
getrocknete Tomaten verwendet werden.

Wer möchte, reicht Kräuterquark zur
Bauernpfanne.

Zubereitung

1. Speckscheiben in einer großen Pfanne knusprig braten, dann herausnehmen.
2. Pilze putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln.
3. Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Kartoffelscheiben im ausgelassenen Fett und etwas Öl bei mittlerer Hitze 10 Minuten goldbraun braten.
4. Pilze zugeben und 5 Minuten mitbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Lauch und Knoblauch hinzufügen und weitere 3 Minuten braten. Dann den Speck zurück in die Pfanne geben.
6. Voll-Ei mit Salz und Pfeffer würzen und in die Pfanne gießen. Mit geschlossenem Deckel ca. 4–5 Minuten stocken lassen.

ZUM SERVIEREN: Aus den Dressingzutaten eine Salatsoße zubereiten. Kurz vor dem Servieren den Salat mit dem Dressing anmachen. Die Bauernpfanne mit Salat, Gurkenscheiben, Radieschen, Essiggurke und Schnittlauch anrichten.



In der Themenwoche „**Baden-Württemberg is(s)t Bio in der Gemeinschaftsverpflegung**“ werden bei diesem Rezept möglichst viele, aber mindestens die **gelb gekennzeichneten Produkte** garantiert in zertifizierter Bio-Qualität und Herkunft verwendet. Denn: **Bio + Regional = Optimal!**

Herausgeber



Baden-Württemberg
Ministerium für Ländlichen Raum,
Landwirtschaft und Heimat