40 Minuten

4 Personen

Tiroler Gröstel

Zutaten

- 350 g geschälte Kartoffel
- 500 g Ceres Kokosfett
- 4 rote Zwiebeln
- 150 g Speck oder Bratenfleisch bzw. gekochtes Fleisch
- 2-4 Tomaten
- 1 EL Majoran
- Salz, Pfeffer, Kümmel
- 4 Eier
- Kräuter nach Saison, Schnittlauch, Petersilie, Liebstöckl

Ein Gröstl geht immer. Die schönsten Kindheitserinnerungen sind oft mit einem gemütlichen Familienessen verknüpft. Klassische Gerichte und interessante Neuheiten aus der heimischen Küche werden gemeinsam gegessen. Dabei darf der Familientratsch nicht fehlen.

Unser Tiroler Gröstl mit Spiegelei und Speck ist ein Gericht der schnellen Küche. Die rohen Kartoffelscheiben frittieren wir in Ceres Kokosfett resch und knusprig, in der Pfanne kommen Speck und Zwiebeln, Majoran und Petersilie dazu.

Wer gekochtes Rindfleisch oder Bratenfleisch vom Vortag übrig hat, schneidet das Fleisch klein und gibt es zum Gröstl. Resteverwertung ist für dieses Gericht typisch.

Das Spiegelei bereiten wir zum Schluss zu, das Tiroler Gröstl wartet schon zum Anrichten.

Zubereitung

- Die rohen Kartoffeln in 3 mm dicke Scheiben schneiden und im heißen Ceres Kokosfett in einem hohen Topf oder in der Friteuse 4 Minuten blanchieren.
- Kartoffeln auf einem Sieb 10 Minuten abkühlen lassen.
- Zwiebel schälen und in Streifen schneiden, Speck in Streifen schneiden - alternativ Bratenfleisch oder Kochfleisch. Zwiebeln und Fleisch in einer Pfanne anbraten.
- Die Tomaten vierteln und das Kernhaus ausschneiden, Tomatenfruchtfleisch in Streifen schneiden.
- Die Kartoffelscheiben final knusprig frittieren, dann in die Pfanne zu den restlichen Zutaten geben.
- Das Gröstl mit Salz, Pfeffer, Majoran und Kümmel kräftig abschmecken.
- Spiegeleier in einer zweiten Pfanne zubereiten.
- Gröstel anrichten, Spiegelei darauf setzen, mit Kräuter bestreut servieren.

Hauptspeisen

Zurück