

# Käferbohnen und Salate

## Käferbohnnensalat

Käferbohnen 24 Stunden einweichen mit frischen Wasser 1 Stunde kochen lassen, danach salzen, Thymian, Knoblauch, Lorbeerblatt dazugeben, eine ¼ Stunde weiterkochen, im Sud auskühlen lassen, erst dann Wasser abseihen. Mit echt steirischen Kürbiskernöl, Essig und Zwiebeln abmachen.

## Klassische Salate mit Kernöl

Kopfsalat, Zupfsalat und Endiviensalat, Chinakohlsalat

Blattsalat wie gewohnt vorbereiten. Mit Kernöl, Salz und Essig marinieren. Wer's kräftig, steirisch liebt, würzt die Blattsalate noch mit zerdrücktem oder gehacktem Knoblauch.

## Rindfleisch auf steirische Art

10 dag gekochtes, mageres Rindfleisch in feine Streifen schneiden, mit Salz, Pfeffer und 2 gehackten Zwiebeln, sowie Kernöl und Weinessig vermischen. Gemisch einige Stunden ziehen lassen. Danach nochmals durchrühren und mit Ei, Essiggurken und Käferbohnen garnieren.

*Tipp: Anstatt des Rindfleisches können Sie auch verschiedene Wurstsorten verwenden.*

## Steirische Eierspeise

4 Eier versprudeln, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit mäßig erhitztem Kürbiskernöl herausbraten. Zum Schluss mit gerösteten, zerhackten Kürbiskernen bestreuen.

*Tipp: Das versprudelte Ei mit einem Esslöffel geschlagenen Obers verfeinern.*

*Gutes Gelingen wünscht Ihnen*

*Ihre Weinhandl-Mühle*

Zum Online  
Shop:



**Weinhandl-Mühle**

Ölpressen – Getreidemühle – Mühlenladen | Dirnbach 12 | 8345 Straden  
Tel.: +43 3473 8286-0 | E-Mail: [office@weinhandl-muehle.at](mailto:office@weinhandl-muehle.at) | [www.weinhandl-muehle.at](http://www.weinhandl-muehle.at)