

Lumpasalot

Vorarlberger Wurst-Käse-Salat

Der "Lumpasalot" – ein Wurst-Käse-Salat – ist ein echter Klassiker in Vorarlberg und findet sich auf fast jeder Hüttenspeisekarte. Gerade im Sommer bei heißen Temperaturen ist es die perfekte Stärkung während oder nach einer Wanderung.

Der klassische Lumpensalat besteht aus 4 Zutaten: Schüblinge (so nennt man in Vorarlberg die "Knackwurst"), Bergkäse, Essiggurken und Zwiebel. Eine köstliche Marinade dazu – und fertig ist das ideale, regionale Sommergericht.

Wir wünschen Guten Appetit!

Rezepttipp von Dajana



Zutaten:

- 2 Schüblinge (Knackwurst)
- ca. 150-200g Bergkäse
- Essiggurken
- Zwiebel (rot oder weiß - je nach Geschmack)
- Essig, Öl, Salz und Pfeffer für die Marinade (Tipp: heller Essig und Kräutersalz)
- nach Belieben Eier oder Tomaten für die Garnitur
- Schwarzbrot

Zubereitung:

- Die Schüblinge schälen und in feine Streifen schneiden (man kann sie auch in Scheiben schneiden und halbieren).
- Den Bergkäse in feine Streifen schneiden (in manchen Sennereien bekommt man Salatkäse bereits gehobelt).
- Zwiebel würfelig schneiden (wer möchte, kann noch ein paar Zwiebelringe für die Garnitur zur Seite legen).
- Essiggurken in feine Streifen schneiden.
- Alle Zutaten in eine Schüssel geben.
- Essig, Salz, Pfeffer und Öl zu einer Marinade mixen und anschließend über den Salat gießen und vermengen.
- Kurz einziehen lassen und anrichten.
- Am besten schmeckt der Salat mit frischem Schwarzbrot.