

# Laitue pommée de Zwischenflüh du Parc naturel Diemtital

## Entrée



**Temps de préparation:** env. 10 minutes

**Temps de cuisson:** env. 5 minutes

## Ingrédients

- 1 laitue, lavée
- 120g de lardons en dés
- 2 œufs
- 1 dl de vinaigre
- sel et poivre
- sucre
- 1 cuillère à soupe de menthe verte hachée

## Préparation

- Faire revenir les lardons dans un peu d'huile.
- Casser les œufs dans une casserole et les faire frire en remuant constamment. Retirer ensuite la casserole du feu.
- Mélanger les lardons et les œufs avec le vinaigre, l'huile, les épices et la menthe.
- Verser le mélange tiède sur la laitue et déguster immédiatement.

## Information intéressante

- La laitue pommée de Zwischenflüh est un plat ancien préparé dans les Alpes du Diemtigal sur un trépied au-dessus d'un feu ouvert et transmis de génération en génération.

## Conseils

- Peut être servi avec patates en robe des champs et du fromage de montagne comme simple dîner.

## Auteur

Anna Kunz  
Gasthof Hirschen Oey  
www.hirschenoey.ch