

Lyoner Pfanne



- **Gang:**Abendessen, Mittagessen, Snack
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Schmackhafte, **saarländische Lyoner Pfanne** - „Hauptsach gudd gess“ sagt der Saarländer zu diesem herzhaften und schnellen Pfannengericht der regionalen Küche.

Was dem Münchener die Weißwurst, ist dem Saarländer die Lyoner Fleischwurst. Hausgemacht, braucht man für die zünftige lyoner Pfanne nur wenige Zutaten! Die übrig gebliebenen Kartoffeln vom Vortag lassen sich dabei auch noch prima verarbeiten. In Varianten lässt sich das Ganze mit Reibkäse überbacken. Auf dem Foto sieht man eine Variante der Lyoner Pfanne mit Frühlingszwiebeln und Stockschwämmchen-Pilzen. Und auch andere Pilze passen wunderbar zu diesem althergebrachten Klassiker.

Zutaten

- 400 g Lyoner Fleischwurst im Ring ohne Haut

- 50 g Schinkenwürfel (durchwachsener Speck, gewürfel)
- 4 - 6 mittelgroße Kartoffel (oder Pellkartoffeln)
- 1 Bund Frühlingszwiebeln, geputzt, gewaschen in dünnen Ringen
- 1 Zehe Knoblauch, fein gewürfelt
- 4 Eier
- Etwas Rosenpaprika
- 2 El Butaris Butterschmalz (oder andere Marke)
- 2 El Petersilie, gehackt oder Schnittlauch Röllchen
- Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Die gekochte Salzkartoffel oder Pellkartoffel in Scheiben schneiden. Die Kartoffelscheiben in einer Stielpfanne in heißes Butterschmalz geben. Etwas zeitversetzt den Speck mit braten, salzen, pfeffern und mit Paprika bestäuben. Etwas Farbe nehmen lassen, dann den Knoblauch, die Frühlingszwiebelringe und die Lyonerscheiben zufügen, etwas weiter knusprig braten.

Schritt2

Nach Belieben mit einem Spiegelei und Grünzeug bestreuen oder mit Reibkäse überbacken zu Tisch geben.

Wo die Lyoner Fleischwurst herkommt

Auch wenn die Saarländer stolz auf ihre Lyoner Fleischwurst sind, kommt sie ursprünglich nicht aus dem schönen Saarland, sondern, wie es schon der Name vermuten lässt, aus der französischen Stadt Lyon – kulinarisch bekannt wegen ihrer „Lyoner Küche“.

Dort wird die Brühwurst ohne Einlage „Cervelas“ genannt. Die feine Lyoner Wurst expandierte schnell und gilt heute als regionale Spezialität im Saarland und ist auch in der Schweiz beliebt. In Deutschland wird die schmackhafte Wurst meist **kalt und als Aufschnitt** verzehrt. Berühmt-berühmt ist die Lyoner als Einlage in Fleischsalat. Hergestellt wird die Fleischwurst in der Regel aus gepökeltem Schweinefleisch, es gibt sie auch mit einem Anteil Rindfleisch und Rückenspeck. Gewürzt wird je nach Rezept mit Pfeffer, Muskat, Kardamom, Koriander und Knoblauch. Gefüllt wird die Fleischwurst entweder in Rindsdarm oder üblicher in Kunstdärme, gebrüht und anschließend geräuchert.

Rezeptart: Badisch, Deutsche Küche, Kartoffelgerichte, Kleine Gerichte, Schnelle Rezepte, Schweinefleisch **Tags:** einfach und schnell, hausgemacht, klassiker, regional

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)427
- KH (g)18

- Eiweiß (g)17
- Fett (g)31
- Ballast (g)3

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lyoner-pfanne/>