



Knuspriger Sellerie mit Pfifferlingen und Basilikum-Creme

Zutaten:

Für den knusprigen Sellerie:

- 1 Knollensellerie, in streichholzschachtelgroße Stücke geschnitten
- 1 EL sehr fein geschnittenen Sellerie Julien in eiswasser
- 4 EL Buchweizenmehl
- 1 Hand glutenfreie Brösel
- Etwas Paprikapulver
- Etwas Kurkuma
- 1 Knoblauchzehe
- Thymian
- Etwas desodoriertes Kokosöl

Für die Pfifferlinge:

- 50 g Pfifferlinge, gewaschen und gereinigt
- 1/2 Schalotte, in Würfel geschnitten
- Olivenöl
- 1 EL Schnittlauch, sehr fein geschnitten

Für die Basilikum-Creme:

- 4-5 EL vom Sellerie sud, kalt!
- 1 EL Senf
- 5-6 Blätter Basilikum
- 3 EL pflanzliche Creme Fraiche
- 6-7 Ruccolablätter
- etwas Olivenöl

Zubereitung:

1. Knuspriger Sellerie:

- Gib etwas Wasser in den Dampfgareinsatz eines Topfes(ca.3cm) Füge Knoblauch, Thymian und Salz hinzu. Dampfe die mit etwas Olivenöl und Salz marnierten Selleriestücke für ca. 15 Minuten weich.
- Vermische 1 Teil Buchweizenmehl mit etwas Joghurt, bis die Mischung eine eiähnliche Konsistenz hat.
- Panierte die Selleriewürfel in dem Buchweizenmehl, dann in der Joghurt-Mischung und anschließend in den glutenfreien Bröseln, die mit Paprikapulver und Kurkuma gewürzt wurden.
- Brate die panierten Selleriewürfel in desodoriertem Kokosöl goldbraun aus.

2. Pfifferlinge:

- Dünste die Schalottenwürfel in Olivenöl an.
- Füge die Pfifferlinge hinzu und brate sie rösch an. Schmecke mit Salz und Pfeffer ab.
- Mische den fein geschnittenen Schnittlauch unter.



ERNST SCHAßBERGER
ERNÄHRUNGSEXPERTE

3. Basilikum-Creme:

- Gib alle Zutaten in einen hohen Mixbecher: Senf, Basilikum, pflanzliche Creme Fraiche, Rucola und Olivenöl.
- Püriere die Zutaten mit einem Stabmixer langsam von unten nach oben, bis eine Emulsion entsteht.
- Schmecke die Creme mit Salz und Pfeffer ab.

Dekoration:

- Wildkräutersalat
 - Selleriesalat mit Zitronensaft und Olivenöl mariniert.
- Fleur de Sel