

Rezept

Staudensellerie mit Zwiebel-Oliven-Sauce

Zutaten für ca. 2 Portionen

Arbeitszeit: ca. 20 min

- 300g Staudensellerie
- 3-4 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 150g Oliven, grün und entsteint
- 1 Bund Petersilie
- 3 EL Tomatenmark
- 4 EL Weißwein halbtrocken
- 1,5 EL Paniermehl
- Salz und Pfeffer
- 3 EL Öl
- 50g Butter

Den Staudensellerie putzen und in längere Stücke schneiden. In leicht gesalzenem Wasser 10-15 Minuten kochen, bis er weich ist. In der Zwischenzeit die Zwiebel putzen und in Ringe schneiden, den Knoblauch und die Petersilie waschen, putzen und fein hacken, die Oliven in feine Scheiben schneiden.

Die Zwiebeln in etwas Öl oder Butter anbraten. Den Knoblauch mit anschwitzen und anschließend das Paniermehl, die Oliven und die Petersilie zugeben, alles gut vermischen.

Etwas Tomatenmark dazugeben und erneut kurz anbraten, dann mit dem Wein ablöschen und alles für ca. 4 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schon kann angerichtet werden den Sellerie mit der Sauce übergießen und wer mag kann dazu gern Salzkartoffeln oder Reis reichen.

Guten Appetit!

KW26_Staudensellerie_mit_Zwiebel-Oliven-Sauce.pdf

