



Sellerieschnitzel

Zutaten (für 10 Personen)

Für die Schnitzel

- 2 ½ Sellerieknollen
- Salz
- 400 g Semmelbrösel
- 10 El Mehl
- 250 ml Wasser
- Pflanzenöl

Für die Champignonsoße

- 1000 g Champignons
- 5 Zwiebeln
- Tomatenmark
- Traubensaft
- 500 ml Gemüsebrühe
- 500 ml Sahne

Also good with

- Millet
- Rice
- Cucumber or mushroom salad



Zubereitung

Schnitzel

1. Schäle die Sellerieknolle und schneide sie in ca. 1 cm dicke Scheiben.
2. Koche den Sellerie ca. 5 Minuten in Salzwasser.
3. Mische Wasser und Mehl mit 1-2 TL Salz.
4. Stelle einen Teller mit Semmelbröseln zum Panieren bereit.
5. Wende die Selleriescheibe in der Mehl-Wasser-Mischung und anschließend in den Semmelbröseln. Wiederhole den Vorgang, wenn du eine dickere Panade bevorzugst.
6. Brate die Schnitzel in nicht zu wenig Pflanzenöl, bis sie goldbraun sind.

Champignonsoße

1. Zwiebeln würfeln, Champignons in Scheiben schneiden
2. Zwiebeln und Champignons in Öl anbraten. Tomatenmark hinzufügen und mit anbraten
3. Abwechselnd mit 1/4 des Traubensaft und Gemüsebrühe ablöschen und einkochen lassen, das ganze 4-mal wiederholen.
4. Zum Schluss Sahne hinzu, kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Mögliche Variationen

- Sellerie kann variiert werden mit Pastinaken (Geschmack etwas milder)
- Kohlrabi (Geschmack neutraler)
- Petersilienwurzel (Geschmack ähnlich)

