



Pilzpfanne auf Sellerie-Kimchi-Stampf

mit Käse und Cashewkernen



20-30min



2 Personen

Es braucht nicht immer eine ganze Speisekammer voller Zutaten, um ein leckeres Mahl zu zaubern, dafür ist diese kleine Aromenbombe der beste Beweis: Cremiger Selleriestampf wird mit geriebenem Käse, gebratenen Frühlingszwiebeln und fermentiertem Kohlgemüse, auch Kimchi genannt, verfeinert und mit schmackhaften Champignons serviert. Den letzten Schliff bekommt das Ganze durch geröstete Cashews und Sesamöl. Einfach (und) gut!

Was du von uns bekommst

- 1 kleiner Knollensellerie ⁹
- 50g Cashewkerne ¹⁵
- 250g Champignons
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Packung Kimchi
- 100g junger Gouda, gerieben ⁷
- 1 Päckchen geröstetes Sesamöl

11

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter ⁷
- 2EL Milch ⁷
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Das Kochwasser für den Sellerie muss so großzügig gesalzen werden, damit die Knolle ihren Geschmack nicht gänzlich ans Wasser abgibt.

Allergene

Milch (7), Sellerie (9), Sesamsamen (11), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 619kcal, Fett 47.8g, Kohlenhydrate 19.2g, Eiweiß 25.1g



1. Sellerie kochen

In einem mittelgroßen Topf 800ml Wasser mit 1EL Salz zum Kochen bringen. Den **Knollensellerie** vierteln, mit einem Messer schälen und in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Den **Sellerie** ins kochende Wasser geben und bei mittlerer Hitze abgedeckt 13-15Min. kochen lassen, bis er weich ist. Den **Sellerie** anschließend in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und im Topf warm halten.



4. Gemüse schneiden

Inzwischen den **weißen und den grünen Teil der Lauchzwiebel** separat in feine Ringe schneiden. Das **Kimchi** in grobe Stücke schneiden.



2. Cashews anrösten

Die **½ der Cashews** in einer mittelgroßen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. **Tipp**: Wer mag, kann auch mehr **Cashews** verwenden.



5. Gemüse braten

In der Pfanne 1EL Butter bei mittlerer Hitze schmelzen. Die **weißen Lauchzwiebelringe** und das **Kimchi samt Flüssigkeit** dazugeben und ca. 2Min. braten.



3. Pilze braten

Die **Pilze** je nach Größe halbieren oder vierteln. In derselben Pfanne 1EL Butter bei starker Hitze schmelzen und mit 1 Prise Salz würzen. Die **Pilze** dazugeben und 7-9Min. unter gelegentlichem Rühren braten, bis sie gar und appetitlich gebräunt sind. Mit 1 Prise Pfeffer würzen und auf einem Teller beiseitestellen. Die Pfanne aufbewahren.



6. Fertigstellen & servieren

Den **Sellerie** mit einem Kartoffelstampfer zu einem groben **Püree** stampfen, den **Käse**, 2EL Milch, 2EL Butter und das **Kimchi samt Flüssigkeit** unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Püree** auf Teller verteilen, die **Pilze** auf dem **Püree** anrichten, mit den **gerösteten Cashews** und dem **Lauchzwiebelgrün** garnieren und mit dem **Sesamöl** beträufelt servieren.