



Gerösteter Sellerie und Kichererbsen

mit Gurken-Apfel-Salat und Dip



30-40min



3-4 Personen

Sellerie ist bloß langweiliges Suppengemüse? Mit Verlaub, aber: So ein Quatsch! Unsere Köchin Hannah schneidet aus der Knolle gerne eine Portion Pommes und röstet sie im Ofen schön goldbraun. Mit knusprig gebackenen Kichererbsen wird daraus schnell ein köstliches Wohlfühlessen. Dazu passt ein aromatischer Salat aus Gurkenstreifen, fruchtig-knackigen Äpfeln, Spinat und Schnittlauch. Ein frischer Joghurtdip dazu, fertig!

- 1 kleiner Knollensellerie ¹
- 2 Dosen Bio-Kichererbsen
- 1 Pck. Ras-el-Hanout-Gewürzmischung
- 2 Äpfel
- 2 große Gurken
- 20g Schnittlauch
- 1 Becher Joghurt ²
- 200g Babyspinat
- 50g Mandelblättchen ³

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Sparschäler
- Sieb

Allergene
Sellerie (1), Milch (2), Schalenfrüchte (3).
Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 586kcal, Fett 30.9g,
Kohlenhydrate 56.2g, Eiweiß 15.9g



4. Joghurtdip zubereiten

2. Gemüse backen

5. Salat fertigstellen

3. Salat vorbereiten

6. Mandeln mitrösten

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**