MARLEY SPOON



RS Sellerieschnitzel mit Kapernsauce

dazu Kartoffelpüree und Rosenkohl mit Käse

ca. 1h 4 Portionen

Das heutige Rezept ist so bodenständig, herzhaft und gemüselastig, dass man meinen könnte, wir hätten die Zutaten selbst auf dem Feld geerntet. Es gibt ein schmackhaftes Schnitzel, aber: ohne Fleisch, sondern mit würzigem Knollensellerie. Der passt perfekt zur Panko-Knusperkruste und zu den leckeren Beilagen – das sind heute cremiges Kartoffelpüree, gerösteter Rosenkohl mit Käse und ein fixes Zitronen-Kräuter-Sößchen. Lecker!

Was du von uns bekommst

- 2 kleine Knollensellerie [1]
- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 30g Petersilie
- 2 Pck. Kapern
- 2 unbehandelte Zitronen
- 400g Rosenkohl
- 4 Pck. Hartkäse, gehobelt [4]
- 50g Panko-Paniermehl [3]

Was du zu Hause benötigst

- 2 Eier [2]
- 4EL körniger Senf [5]
- 4EL Weizenmehl [3]
- 4EL Milch [4]
- 2EL Butter [4]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf mit Deckel
- Sparschäler
- große Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Zitruspresse & Sieb

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

Allergene

Enthält: **Sellerie** (1), **Eier** (2), **Gluten** (3), **Milch** (4), **Senf** (5).

Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion



1. Sellerie garen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser aufkochen. Den **Sellerie** schälen, halbieren und vier ca. 1,5cm breite Scheiben aus der Mitte schneiden, den **übrigen Sellerie** grob würfeln. Den **Sellerie** ins Wasser geben und bei mittlerer Hitze ca. 7Min. garen. Die **Scheiben** herausnehmen und abkühlen lassen, das Wasser erneut aufkochen.



2. Püree & Sauce vorbereiten

Die **Kartoffeln** schälen, grob würfeln und in den Topf geben. Das **Gemüse** bei mittlerer Hitze 10–12Min. garen. Die **Schalotte** und den **Knoblauch** schälen und mit der **Petersilie** und den **Kapern** fein hacken. **1 Zitrone** halbieren und auspressen und den **Saft** mit der **Petersilie**, den **Kapern**, den **Schalottenwürfeln**, dem **Knoblauch** und 4EL Olivenöl verrühren.



3. Rosenkohl backen

Die **übrige Zitrone** in Spalten schneiden. Den **Rosenkohl** halbieren, den **Käse** fein hacken. Den **Rosenkohl** mit 2EL Olivenöl und der **½ des Käses** vermengen, mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech 16–20Min. im Ofen backen. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



4. Püree fertigstellen

Die **Kartoffeln** und die **Selleriewürfel** in ein Sieb abgießen, dann zurück in den Topf geben, 2EL Butter unterrühren und das **Gemüse** mit einem Kartoffelstampfer zu einem groben **Püree** stampfen. 4EL Milch und den **restlichen Käse** unterrühren und das **Püree** mit je 1TL Salz und Pfeffer oder mehr nach Geschmack würzen. Bis zum Servieren warm halten.



5. Schnitzel panieren

Die **Sellerieschеiben** von beiden Seiten mit 4EL körnigem Senf einreiben und großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Einen tiefen Teller mit 4EL Mehl bereitstellen, in einem zweiten 2 Eier verquirlen, in einem dritten das **Paniermehl** geben. Die **Sellerieschеiben** der Reihe nach im Mehl, Ei und **Paniermehl** wenden, ggf. überschüssiges Mehl und Ei abschütteln bzw. abtropfen lassen.



6. Schnitzel braten

Eine große Pfanne ca. 2cm hoch mit Pflanzenöl füllen, das Öl mittelhoch erhitzen. Die **Schnitzel** ins heiße Öl geben und von beiden Seiten 3–5Min. braten, bis sie goldbraun sind. Aus der Pfanne nehmen und auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen. Die **Sellerieschnitzel** mit dem **Kartoffelpüree**, dem **Rosenkohl** und den **Zitronenspalten** auf Teller verteilen und mit der **Sauce** garnieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**