

Kochen

Martin Gehrlein

Dienstag, 25.03.2025

Knusprige Selleriestäbchen mit Erbsenpüree

Für ca. 4 Personen

Zutaten

Für die Selleriestäbchen

1 Knollensellerie, ca. 500 g
 etwas Salz
 0,5 Biozitrone
 2 Eier, Größe M
 90 g Mehl, ca.
 100 g Semmel- oder Pankobrösel, ca.
 etwas Pfeffer
 300 ml Frittierfett oder -öl

Für das Erbsenpüree

3 Kartoffeln, vorwiegend festkochend
 3 Blätter Bärlauch
 etwas Salz
 300 g Erbsen, TK
 200 g Sahne oder Milch
 2 EL Butter
 etwas Pfeffer

Für den Dip

200 g Frischkäse
 3 EL Mayonnaise
 0,5 Biozitrone, Saft und etwas abgeriebene Schale davon
 etwas Salz
 etwas Pfeffer
 etwas Cayennepfeffer



Zubereitung

1. **Den Sellerie** putzen, schälen und abbrausen. Zitronensaft auspressen. Sellerie in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Scheiben anschließend in ca. 6-10 cm lange Stifte schneiden.
2. Selleriestifte mit Zitronensaft, in leichtgesalzenem Wasser etwa 1-2 Minuten blanchieren. Herausnehmen, kalt abbrausen und abkühlen lassen
3. Selleriestifte in eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. **Für das Püree** Kartoffeln schälen, abbrausen und in Würfel schneiden. Bärlauch abbrausen, trocknen und fein schneiden.
5. Kartoffeln im Selleriewasser ca. 10-15 Minuten weichkochen. Abgießen, ausdampfen lassen und durch eine Kartoffelpresse drücken.
6. Erbsen (unaufgetaut) mit Sahne, Butter und Bärlauch in einen Topf geben und ca. 2-3 Minuten köcheln lassen, bis die Erbsen weich sind. Mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Erbsen pürieren. Kartoffeln zugeben und gut verrühren und erhitzen. Bis zum Servieren warmstellen
8. **Für den Dip** Frischkäse, Mayonnaise, Zitronensaft und -schale, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer cremig rühren. Falls der Dip zu fest ist, noch etwas Mineralwasser oder Milch unterrühren. Abdecken und bis zum Servieren kaltstellen.
9. **Für die Selleriestäbchen** Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Mehl und Semmelbrösel ebenfalls auf Teller verteilen.
10. Selleriestäbchen zuerst im Mehl, dann in den Eiern und anschließend in den Bröseln wenden.
11. Fett auf ca. 160 Grad erhitzen. Selleriestäbchen darin portionsweise, ca. 2-3 Minuten braten bzw. frittieren.
Selleriestäbchen herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen.
12. Selleriestäbchen mit Erbsenpüree und Frischkäse-Dip anrichten und servieren.

Tipp: Beim Sellerie bleiben noch kleinere Abschnitte übrig. Diese einfach mit blanchieren und etwas länger im Topf lassen, damit sie weich werden. Dann mit den Erbsen pürieren und mit den Kartoffeln mischen.