



Sellerie-Apfel-Salat mit Nüssen (und Ananas) 4 Portionen

Zutaten:

300g Knollensellerie
200g Äpfel
30g Walnüsse
2 EL Zitronensaft
1 TL Honig
½ TL Salz
Pfeffer
90 ml Sahne
2 EL Salatöl
200g Ananas nach Belieben
frisch oder aus dem Glas

Zubereitung

Walnüsse klein hacken. Knollensellerie und Apfel fein raspeln. Alle weiteren Zutaten bis auf die Ananas verrühren und mit den Sellerie-Apfel-Raspeln vermengen. Mit Sallz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben die Ananas hinzu geben.

Sellerie-Kartoffelsuppe (ca. 4 Personen)

Zutaten:

800g Knollensellerie
400g Kartoffel
4 TL Butter
1 Zwiebel
300 ml Milch
Salz, Pfeffer
1 Prise zucker
Selleriegrün
Petersilie
1000ml Brühe
Etwas Selleriegrün

Zubereitung

Den Sellerie und die Kartoffeln schälen und grob würfeln. Zwiebel würfeln und in einem Topf in der Butter andünsten und Kartoffel-Sellerie-Gemüse und Selleriegrün hinzu geben. Mit 1000ml Brühe und 300ml Milch ablöschen, pfeffern, aufkochen und 25 Minuten köcheln. Anschließend Suppe pürieren und mit Salz abschmecken.

Tipp: Mit gedünsteten Lachwürfeln und einem Klecks Sahnemeerrettich servieren.



Deftiger Kartoffel-Bohnen-Topf

Zutaten:

600g Kartoffel
1 Zwiebel
2 EL Öl
150 g Speck
500g Buschbohnen
1l Gemüsebrühe
250 ml Weißwein trocken
Salz, Pfeffer
etwas Bohnenkraut

Zubereitung

Kartoffel und Zwiebel schälen und würfeln. Den Speck klein würfeln. Die Bohnen waschen, die Enden abknipsen und in ca. 2cm-große Stücke schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel anschwitzen. Erst den Speck und anschließend die Kartoffel hinzu geben und 6 Minuten dünsten. Dann die Bohnen hinzu geben und mit Weißwein und Gemüsebrühe löschen. Salzen, Pfeffern und Bohnenkraut hinzu geben. Ca. 15 Minuten köcheln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Traubentarte

Zutaten:

150 g kalte Butter
300 g Mehl
1/2 Teelöffel Salz
2 Eigelbe
5 EL kaltes Wasser
Für den Belag:
je eine große Handvoll grüne
und blaue Weintrauben
1 rote Zwiebel, fein gehackt
200 g Crème fraiche
200 ml Milch
6-7 Eier
Salz, Pfeffer, Muskat
150 – 250 g Appenzeller

Zubereitung

Die Butter klein würfeln und mit übrigen Zutaten schnell zu einem Teig verkneten. In Folie schlagen und 1,5 Stunden kalt stellen. Anschließend ausrollen und in eine gefettete Quicheform geben. Die Zwiebel glasig dünsten und anschließend mit den Trauben auf den Teig geben. Creme fraiche, Milch und Eier verrühren, mit Gewürzen abschmecken und über die Trauben geben. Den Käse raspeln und die Quiche bestreuen. Im Backofen 30-40 Minuten bei 165°C backen.