



1 Knollensellerie
2 TL Orangenschale
2 EL Orangensaft,
frisch gepresst
150g Mayonnaise
75 g saure Sahne
75 g Walnüsse
75 g Semmelbrösel
2 Eier
40 g Mehl
50 g Ghee
Salz, Pfeffer,
Paprika edelsüß
Kurkuma, gemahlen
Salz, Pfeffer,
Muskatnuss



ca. 200 – 400 g Weißkohl
1-2 Zwiebeln
Für die Marinade:
3-5 EL Weißweinessig
2-3 EL Rapsöl
3 EL Wasser
Kräutersalz
1-2 EL Rohrohrzucker

Rezept für KW 19-6

Sellerie-Nuggets mit Orangendip

Sellerie schälen, erst in ca. 1-2 cm dicke Scheiben, dann in ca. 5 cm große Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser 5-7 Minuten garen, abgießen und abkühlen lassen. Mayonnaise mit saurer Sahne verrühren. Orangenschale und -saft zugeben. Mit Salz, Paprika und Kurkuma herzhaft abschmecken. Walnüsse im Blitzhacker (nicht zu fein) zerkleinern. Eier verschlagen und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Walnüsse mit Semmelbröseln vermischen. Auf drei Tellern jeweils Mehl, Ei und Semmelbröselmischung verteilen und die Selleriewürfel nacheinander darin wenden. Ghee in einer Pfanne erhitzen und die Nuggets darin goldbraun braten. Zusammen mit dem Orangendip servieren.

Weißkrautsalat klassisch

Den Weißkohl hobeln, die Zwiebeln enthäuten und in dünne Ringe schneiden. Alles in eine große Schüssel geben. Aus den restlichen Zutaten eine Marinade mischen, diese aufkochen und über den Weißkohl gießen.

Originalrezept aus der Greenbag-Küche