

# Rezepte aus dem Hessenpark



## Sellerie-Lauch-Cremesuppe

125 Gramm Sellerie (geputzt)

125 Gramm Lauch (geputzt)

2 Esslöffel Fett

2 Esslöffel Mehl

1 Liter Brühe

Salz, Pfeffer, Muskat

4 Esslöffel süße oder saure Sahne (flüssig)

1 Esslöffel süße geschlagene oder saure Sahne

in Würfel schneiden.

in Ringe schneiden. Beide Gemüse in andünsten. Mit

überstäuben, kurz weiter dünsten. Mit auffüllen und 15 Minuten weiter köcheln lassen. Die Suppe durch ein Sieb streichen oder pürieren.

Mit

abschmecken. Kurz vor dem Servieren unterrühren oder auf jede Portion

setzen, ohne zu verrühren. Man kann die Suppe auch nur mit Sellerie, dann mit doppelter Menge, herstellen.

## Sellerie-Apfel-Rohkost

Öl,

Brühe

Essig

Pfeffer, Salz, Senf

Sellerie

Apfel

und

im Verhältnis 3:2:1 mischen. Mit abschmecken.

und

zu gleichen Teilen putzen, fein raspeln und mit der Marinade vermengen. Etwas ziehen lassen.

## Salat von gegartem Sellerie

Sellerie

Zwiebel

putzen und in Streifen schneiden. In wenig Wasser bissfest garen.

schälen, halbieren, in feine Scheiben schneiden und zu dem gegarten Sellerie geben. Mit einer beliebigen Marinade z.B. Essigmarinade s.o. oder Zitronensaftmarinade (in der Rezeptdatenbank, Rezept Kartoffel und Möhren) mischen. Etwas ziehen lassen.