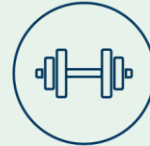




Atoll
Achensee



Sellerie mit Currysauce

Vorbereitungszeit: ca. 20 Minuten

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Zutaten:

- 700 g Stangensellerie
- 200 g Frischkäse
- 50 g Mandelsplitter
- 4 EL Mehl
- 2 EL Suppenpulver (oder 1 Stk. Suppenwürfel)
- 3 TL Currypulver, 2 TL Kurkuma, Salz, Pfeffer
- 3 TL Zitronensaft
- Bei Bedarf: Chilipulver und Kreuzkümmel

Zubereitung

1. Die Selleriestangen von den Blättern befreien, waschen, putzen und abtropfen lassen.
2. Unterdessen die Mandelsplitter in einer Pfanne (ohne Öl) anrösten bis sie sich leicht verfärben. Dann beiseitestellen und die Selleriestangen einmal der Länge nach und einmal quer halbieren.
3. Circa 200 ml Wasser mit der Suppenwürze aufkochen und den Sellerie im Anschluss darin für circa 10 Minuten bissfest garen. Danach den Sellerie herausnehmen und warmhalten.
4. Nun das Mehl mit ein wenig Wasser verrühren, zur Suppe geben und unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Im Anschluss den Frischkäse, Curry und die anderen Gewürze unterrühren, bis eine sämige Konsistenz entsteht.
5. Danach die Selleriestifte unterheben, kurz durchziehen lassen und mit den Mandelsplitttern servieren.

Unser Tipp: Zu diesem Gericht, das dich von innen wärmt, passt wunderbar ein Schälchen Reis.