

Sellerie Nuggets

Vegi (für 4 Personen)

Zutaten:

- 1 Knollensellerie
- Paniermehl
- Sonnenblumenöl
- Senf
- 2 Eier
- Mehl
- Salz

Vorbereitung:

- Sellerie grosszügig schälen und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Und dann noch verkleinern auf Nugget-Grösse (z.B. halbieren).
- In 3 Suppentellern bereitstellen:
 - Mehl
 - Ei mit einem Schuss Öl verquirt
 - Paniermehl

Zubereitung:

- Die Sellerie-Stücke ca. 4 Minuten im Wasser mit Salz und Zitronensaft stark kochen. Danach trocken tupfen.
- Dann die Sellerie-Stücke in einer grossen Schüssel von Hand mit etwas Salz und Senf einreiben.
- In Mehl, Ei und Paniermehl wenden und in Bratpfanne in reichlich Pflanzenöl allseitig nicht zu heiss dafür länger frittieren.

Tipp:

- Alternativ zum Sellerie: Kürbis mit festem Fleisch, z.B. Patisson

