



Essen wie die Profis!

Leckere Rezepte von Mannschaftskoch Stephan Köpfer
zum Nachkochen!

Sellerie-Schnitzel mit Pilzrahm

für 4 Personen

Zutaten

- 1 Sellerieknolle (800 g)
- Salz
- 100 g geriebene Mandeln
- 100 g geriebener Parmesan
- 3 Eier (Größe M)
- 3 EL Milch
- Pfeffer aus der Mühle
- 5 g getrocknete Steinpilze
- 500 g gemischte Pilze (Champignons, Kräuterseitlinge, Shiitake)
- 1 Zwiebel
- 8 Stiele Thymian
- 1 Bund Schnittlauch
- 250 ml Schlagsahne
- 2 EL Öl
- 2-3 TL Speisestärke
- Cayennepfeffer
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Butterschmalz





Zubereitung

1. Einen Topf mit reichlich Wasser zum Kochen bringen. Sellerie schälen, halbieren und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Kochendes Wasser salzen und den Sellerie darin 6-7 Minuten bissfest garen. Selleriescheiben aus dem Wasser heben, kalt abschrecken, abtropfen lassen und mit Küchenpapier trocken tupfen. 200 ml Kochwasser aufbewahren.
2. In der Zwischenzeit die Mandeln mit Parmesan in einer flachen Schale mischen. Eier in einer zweiten Schale mit Milch kräftig verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Getrocknete Steinpilze in einem Schälchen mit den 200 ml Sellerie-Kochwasser übergießen und ca. 10 min. einweichen.
4. Frische Pilze putzen. Von den Shiitakepilzen die Stiele entfernen. Pilze je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Thymianblättchen von den Steilen streifen entfernen und hacken. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Sahne steif schlagen.
5. 50 ml Wasser in einer großen Pfanne aufkochen, Pilze zugeben und darin bei starker Hitze anbraten. Sobald die ausgetretene Flüssigkeit fast vollständig verdampft und die Pilze beginnen, braun zu werden, das Öl und Zwiebel zugeben. Alles salzen und hellbraun braten. Steinpilze aus dem Einweichsud nehmen und klein hacken. Zu den Pilzen in der Pfanne geben. Mit dem Pilz-Einweichsud ablöschen und mit Speisestärke binden. Mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken und bei milder Hitze warmhalten.
6. Die Selleriescheiben nacheinander erst durch das verquirlte Ei ziehen, dann in der Mandelmischung panieren. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Hälfte der Selleriescheiben im Butterschmalz goldgelb braten, auf Küchenpapier etwas abtropfen lassen. Die restlichen Selleriescheiben ebenso braten.
7. Die Sahne unter die Pilze heben und Thymianblättchen untermischen. Die Sellerie-Schnitzel mit dem Pilzrahm anrichten und mit Schnittlauch bestreut servieren.



Keksteig (Cookie Dough)

für 1 Portion

Zutaten

- 1 Dose Kichererbsen (400g)
- 2 EL Erdnuss-, Mandel- oder Cashewmus
- 2 EL Ahornsirup (alternativ: Kokosblütenzucker oder Datteln)
- 1 TL Vanillepulver
- 2 EL pflanzliche Milch
- 2 EL zarte Haferflocken
- 25g Zartbitterschokolade

Zubereitung

1. Die Kichererbsen in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen.
2. Haferflocken in einem Mixer zu Mehl mahlen.
3. Die Kichererbsen zusammen mit dem Nussmus, der Süße in den Mixer geben, bis keine Stückchen mehr zu sehen sind.
4. Die Zartbitterschokolade hacken und in den Teig unterrühren.
5. Den Keksteig mit dem Löffel essen oder in kleine Bällchen formen.