



**Lebendiges Land**  
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW 49 | 2023

# Veganes Sellerieschnitzel

für 8 Stück

## Zutaten

- 1 Sellerieknolle ca. 600 g
- 75g Mehl
- 160 ml Pflanzenmilch
- 2 EL Senf
- 45g Mehl
- 1 TL Salz
- ½ TL Kala Namak (optional für den Ei-Geschmack)
- ½ TL Pfeffer
- 1 Prise Kurkuma (optional für die gelbe Farbe)
- 150 g Paniermehl
- 1 TL Paprikapulver
- Öl zum Braten

## Zubereitung

Die Sellerieknolle schälen und in etwa 1-1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben in einem Topf geben, mit Salzwasser bedecken und 5 Minuten vorgaren. Abgießen, auf einem Küchentuch abtropfen und etwas abkühlen lassen. Inzwischen zum Panieren das Mehl in einen tiefen Teller geben. In einem anderen tiefen Teller die Pflanzenmilch mit Senf, 45g Mehl, 1 TL Salz, Kala Namak, Pfeffer und Kurkuma verrühren. Und in dem dritten tiefen Teller das Paniermehl mit dem Paprikapulver mischen. Jede Selleriescheibe nun zuerst mit Mehl ummanteln, danach in die Mehl-Milch-Mischung tunken und zuletzt im Paniermehl wälzen. Ausreichend Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Sellerieschnitzel darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten langsam goldbraun braten. Die Sellerieschnitzel optional mit Kartoffelpüree, Rahm-Champignons und grünen Bohnen servieren und mit frischer Petersilie garnieren. Guten Appetit!