

Sellerie-Sticks, Panko-Sesam-Panierung, Erbsenpüree

Für zwei Personen

Für die Sellerie-Sticks:

1 Knollensellerie	1 rote m.-scharfe Peperoni	1 Ei
100 g Butter	150 ml Pflanzenöl	200 g weißer Sesam
50 g schwarzer Sesam	Mehl, Type 405	Panko
1 Bund Blattpetersilie	1 TL Zucker	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für das Erbsenpüree:

220 g TK-Erbsen	1 mittelgroße Zwiebel	100 g Butter
30 ml trockener Weißwein	100 ml Gemüsefond	50 ml Portwein
Öl	$\frac{1}{4}$ Vanilleschote	1 Bund Petersilie
1 Bund Liebstöckel	1 Zweig Minze	Muskatnuss
Salz	weißer Pfeffer	

Für die Buttererbsen:

80 g TK-Erbsen	150 g Butter	Salz, Pfeffer
----------------	--------------	---------------

Für den Paprika-Dip:

2 Knoblauchzehen	75 ml zimmerwarme Milch, 3,5%	1 EL m.-scharfer Ajvar
150 ml Sonnenblumenöl	75 ml Olivenöl	$\frac{1}{4}$ TL Salz
weißer Pfeffer		

Für die Garnitur:

2 Zweige Minze	2 Zweige Petersilie
----------------	---------------------

Für die Sellerie-Sticks:

Die Peperoni in Scheiben schneiden.

2 Liter Wasser in einem Topf mit 1 gestr. TL Salz und den Peperonischeiben zum Kochen bringen.

Sellerie schälen und in 1,5x2 cm große Sticks schneiden. 4 Minuten blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken, trockentupfen und würzen. Peperonischeiben aus dem Wasser nehmen und später zum Garnieren verwenden.

Eine Panierstraße aus Mehl, Ei, Sesam-Mischung und Panko vorbereiten. Selleriesticks mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen. Je 3 Sticks in der Sesam-Mischung und 3 Sticks in Panko panieren.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Sticks darin schwimmend ausbacken und kurz vor Bratende mit Butter aufschäumen.

Für das Erbsenpüree:

In eine Pfanne Butter geben und bei mittlerer Hitze goldbraune Nussbutter herstellen.

Zwiebel abziehen und würfeln, mit 2 EL Öl in der Pfanne anschwitzen.

Erbsen zugeben und bei mittlerer Hitze anschwitzen. Salzen, pfeffern und mit Muskat abschmecken. Mit Portwein ablöschen, mit Gemüsefond auffüllen und Vanilleschote hinzugeben. Das Ganze 3 Minuten köcheln lassen. Anschließend Vanilleschote herausnehmen. Erbsen-Mischung in einen Standmixer füllen, Kräuter hinzugeben und für 2 Minuten gut durchpürieren, ggf. mehr Gemüsefond für eine cremige Konsistenz hinzufügen. Püree

durch einen Sieb passieren, 1 EL Nussbutter zugeben und mit Gewürzen abschmecken.

Für die Buttererbsen:

Im Blanchierwasser des Selleries Erbsen für 3 Minuten garen.

Anschließend im Eiswasser abschrecken, damit sie die Farbe behalten.

Butter in einer Pfanne zergehen lassen, Erbsen darin kurz schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Paprika-Dip:

Knoblauch abziehen. Knoblauch, Milch, Ajvar, Salz und Pfeffer in einen hohen schmalen Mixbecher geben (Durchmesser nicht viel größer als Pürierstab). Mit einem Mixstab pürieren, beide Ölsorten vermischen und unter ständigem Mixen langsam das gesamte Öl zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Nochmals abschmecken.

Für die Garnitur:

Gericht mit Minze und Petersilie garnieren.

Steffen Schwanitz am 08. Oktober 2025