

aromuli

... für di' & mi'

Rezept für dich zum Nachkochen

aromuli©-Küche



KNOLLESELLERIE AUF UNGARISCHE ART mit aromuli© RAUHNACHTSPERLEN **VEGETARISCH**



Zubereitungsdauer: 15 Minuten Zubereitung + 15 Minuten Kochzeit

Schwierigkeitsgrad: leicht

Empfohlene Beilagen: Salate

aromuli© e.U. - Ätherische Öle auf Xylitkugeln zum Lutschen und Würzen

A-8051 Graz • Wiener Str. 199/6 • Tel.: +43 (0)316 681500-0 • Fax: DW 15 • Internet: www.aromuli.at
E-Mail: office@aromuli.at • UID: ATU56739417 • FN 428505 f LG f. ZRS Graz • DVR: 4012824

aromuli

... für di' & mi'

Rezept für dich zum Nachkochen

aromuli©-Küche

Zutaten für 4 Portionen:

2 Stück	Knollensellerie
400g	Kartoffel
1	Zwiebel
3 EL	Sauerrahm
20 Stk.	aromuli©-RAUHNACHTSPERLEN
	Paprikapulver, edelsüß
	Salz
	Pfeffer
	Kokosfett zum Braten

Zubereitung

1. Sellerie schälen und in 1cm dicke Scheiben schneiden. Die Kartoffeln ebenfalls schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln.
2. Das Gemüse in kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garkochen, vorsichtshalber lieber früher schon anstechen, das Gemüse sollte bissfest sein und nicht weichgekocht. Wenn das Gemüse fertig ist, das Wasser abseihen und den Topf abkühlen lassen.
3. Zwiebel schälen und fein hacken. Die abgekühlten Selleriescheiben in kleine Würfel und die Kartoffel in Scheiben schneiden. Alles zusammen mit einem TL Kokosfett und dem Paprikapulver anbraten. Nach 5 Minuten mit Sauerrahm ablöschen und mit aromuli, Salz und Pfeffer verfeinern.

Tipp: Für kalte Wintertage noch mit geschrotetem Chili verfeinern, somit wärmt das Gericht von Innen!

Rezept by Mara Luef

**Gutes Gelingen und guten Appetit
wünscht dir dein aromuli©-Team!**

aromuli© e.U. - Ätherische Öle auf Xylitkugeln zum Lutschen und Würzen

A-8051 Graz • Wiener Str. 199/6 • Tel.: +43 (0)316 681500-0 • Fax: DW 15 • Internet: www.aromuli.at
E-Mail: office@aromuli.at • UID: ATU56739417 • FN 428505 f LG f. ZRS Graz • DVR: 4012824