



Rezept

Knollensellerie Hummus

Bei diesem Rezept wird der Sellerie auf eine spezielle aber einfache Art zubereitet

15 Min

Aktive Zeit



105 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

SELLERIE HUMMUS

- 1 Knollensellerie, ca. 250 g **Saison**
- 1 Dose **Kichererbsen, ab gespült, abgetropft, ca. 120 g**
- 2 EL **Tahina**
- 1 **Bio-Zitrone, wenig abgeriebene Schale, 2 EL Saft**
- 5 EL **Rapsöl**
- 1 TL **Salz**
- 1 TL **Kreuzkümmel, im Mörser zerstoßen**
- 4 **Fladenbrote, geröstet**
- 1/2 Bund **Petersilie, fein geschnitten**

Und so wird's gemacht

1 von 1

ZUBEREITUNG

Sellerie in der Mitte des auf 220° C vorgeheizten Ofens ca. 90 Minuten backen bis er innen weich und aussen schwarz ist. Herausnehmen, auskühlen. Dann schälen, in Stücke schneiden. Mit Kichererbsen und allen Zutaten bis und mit Kreuzkümmel fein pürieren. Mit Fladenbrot servieren. Petersilie darüberstreuen