

Sellerieschnitzel mit Gemüsereis



Zutaten

Sellerieschnitzel

1 Knollensellerie
Paniermehl
Mehl Gewürze (Salz Pfeffer, Muskatnuss)
etwas Wasser

Gemüsereis

1 Paprika
1 Zwiebel
1 Karotte
250g Reis
500ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer, Kräuter
Öl oder Butter Sellerieschnitzel

Sellerie in fingerdicke Scheiben schneiden. Schale entfernen und ca. 5 Minuten im Wasserdampf dünsten oder kochen. Selleriescheiben trocknen, mit Mehl bestäuben. Panierstraße mit einem Teller Mehl mit Wasser und Gewürzen sowie einem Teller Paniermehl bereitstellen. Den Sellerie zuerst im Mehl und dann im Paniermehl wenden. In einer Pfanne oder im Backofen auf einem gefetteten Backblech goldbraun braten.

Das Gemüse würfeln und im Topf mit etwas Öl oder Butter andünsten, den Reis dazugeben und mit der Gemüsebrühe ablöschen. 20 Minuten köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und den Kräutern abschmecken.