



Sellerie | Texturen von Quinoa | Kerbel | Mandel

Sandra Scheidl

Gewinnerin „Junge Wilde 2020“



Sellerie in brauner Butter gegart

Sellerie | Butter | Maldon Salz

Sellerie in gewünschter Größe in Stäbe schneiden. Schale und Abschnitte aufheben. Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen, Sellerie salzen und langsam in der Butter garen. Wenn der Sellerie gar ist, die Temperatur erhöhen und den Sellerie und die Butter braun werden lassen. Danach den Sellerie evtl. in Scheiben schneiden und mit grobem Meersalz salzen.

Quinoa mit gerösteten Mandeln

50 g FAIRTRADE-Quinoa weiß | 60 g Wasser | 40 g Apfelsaft naturtrüb, Ganny Smith |
Sellerieschale | Salz | Mandeln | FAIRTRADE-Pfeffer bunt

Quinoa mit Apfelsaft, Wasser und den Sellerieschalen aufkochen lassen, 10 min köcheln lassen und anschließend 10 min ziehen lassen. Sellerieschalen entfernen, Mandeln dunkel rösten und hacken. Mandeln unter den Quinoa mengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Quinoa gepufft

50 g weißer oder schwarzer FAIRTRADE-Quinoa

Wasser Quinoa in viel Wasser kochen bis er gar ist, aber noch nicht verkocht. Dann abseihen und im Ofen bei 90° C trocknen lassen. Anschließend in heißem Fett frittieren bis sie wie Popcorn aufpuffen, abtropfen und salzen.

** Getrocknet kann der Quinoa mehrere Wochen aufbewahrt werden, um dann frisch aufgepufft zu werden.*

**It's all about
FAIRTRADE**



Das Kochduell der
Spitzenköch*innen

Apfel – Selleriereduktion

100g Apfelsaft | Sellerieabschnitte

Die übriggebliebenen Sellerieabschnitte entsaften. Währenddessen den Apfelsaft in einem Topf bei mittlerer Hitze auf ca. ein Drittel reduzieren.

50g Selleriesaft | 30g Apfelreduktion | 50 g Butter

Die Apfelreduktion und den Selleriesaft mischen und erhitzen, die Butter in kleinen Flocken einrühren und emulgieren lassen, bis eine sämige Sauce entsteht.

Quinoachips

50g FAIRTRADE-Quinoa | Wasser | Salz | Pfeffer

Quinoa in viel Wasser kochen bis er ganz weich ist, anschließend abseihen und mixen, salzen und pfeffern und dünn auf eine Matte oder Backpapier aufstreichen. Bei 120 ° backen/ trocknen.

Kräuteröl

400g Kräuter (Kerbel, Estragon, ...) | 500g neutrales Öl

Kräuter mit Öl im Thermomix bei 70°C 7 min. mixen. Dann das Öl abseihen und abhängen lassen, damit sich das Wasser von den Kräutern vom Öl trennt. Alternativ kann das Öl nach dem Abseihen auch eingefroren werden, auch hier wird sich das Wasser vom Öl trennen, und man kann das Wasser (gefroren) vom Öl (nicht gefroren) leicht entfernen, um ein reines und grünes Öl zu erhalten. Dieses hält auch mehrere Wochen, kann aber auch eingefroren werden.

Sonstiges:

Mandelöl

frische Kräuter: Kerbel, evtl. Estragon

Serviervorschlag:

Sellerie in brauner Butter gegart > Sellerie – Apfelreduktion > Quinoa mit gerösteten Mandeln > Mandelöl > Kräuteröl > Quinoa gepufft > Quinoachips > frische Kräuter: Kerbel, evtl. Estragon