Rezept

Kartoffel-Sellerie-Möhre-Aufstrich

Ein Rezept von Kartoffel-Sellerie-Möhre-Aufstrich, am 28.05.2025

Zutaten

200 g	mehligkochende Kartoffeln
	Salz
½ Bund	Petersilie (ca. 10 g)
50 g	saure Sahne
	Pfeffer
150 g	Knollensellerie (geschält ca. 100 g)
1	Möhre (ca. 50 g)
1 EL	Butter
100 g	Doppelrahmfrischkäse
	frisch geriebene Muskatnuss

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. Den Sellerie ebenfalls schälen und in Würfel schneiden. Beides in einen Topf geben und mit Salzwasser bedecken. Das Wasser zum Kochen bringen und das Gemüse in ca. 15 Min. weich kochen. Abgießen, wieder in den Topf geben und auf der heißen Herdplatte kurz ausdampfen lassen. Abkühlen lassen.

2. Die Möhre schälen und auf der Gemüsereibe längs in feine Streifen hobeln, ein paar Möhrenstreifen zum Garnieren beiseitelegen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen. Die Butter in einem Topf zerlassen und die Möhrenstreifen darin bei mittlerer Hitze unter Rühren ca. 3 Min. anbraten. Salzen und abkühlen lassen.

3. Die Kartoffel-Sellerie-Mischung in den Mixer geben oder mit dem Pürierstab im Topf pürieren. Petersilienblätter und saure Sahne hinzufügen und alles kurz cremig pürieren. Den Frischkäse unterrühren. Die Möhrenstreifen mit der Butter unterheben und den Aufstrich mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit den beiseitegelegten Möhrenstreifen garnieren. Passt gut zu Schwarzbrot oder Pumpernickel.