

# Sellerie-Erdnuss-Paste

408

**Typ:** Vorspeise

**Quelle:** GU 50 Brotaufstriche, S. 40

\*\*\*

**Bemerkungen:** Nur Erdnussöl ist wahrscheinlich zu penetrant. Vorschlag: Erdnuss : Olivenöl 1:1.  
2 Sep 07: gute Erfahrung mit 1 - 2 EL Arganöl

**Zutaten:** FÜR 4 PERSONEN  
1 Stange Sellerie  
1/4 Bund Petersilie  
100 g frische Erdnusskerne  
50 g geröstete gesalzene Erdnusskerne  
4 EL Erdnussöl  
4 EL Orangensaft  
Salz ( Tabascosauce

**Rezept:**

1. Den Sellerie waschen, putzen und sehr fein hacken. Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blätter ebenfalls hacken.
2. Nüsse grob hacken, mit dem Öl und dem Orangensaft im Mixer fein pürieren. Sellerie und Petersilie untermischen. Die Paste mit Salz und Tabasco abschmecken.

Unterlage: Bagels oder Vollkornbrötchen  
Deko: feine Orangenschalenstreifen

Zubereitung: 15 Min.  
Haltbarkeit: 1 Woche  
Pro Portion ca.: 315 kcal