



KW 46/2018

## Dinkelspätzle mit Stangensellerie

### Zutaten für 4 Personen:

1 Stangensellerie, 1 Fenchelknolle, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 1 Bd Petersilie, Olivenöl, 80 g fein geriebenen Parmesan.

**Für den Spätzleteig:** 300 g Dinkel-Vollkornmehl, 3 Eier, 300 ml Wasser, Muskat, Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Aus Mehl, Eiern und Wasser einen zähflüssigen Teig rühren. Mit Muskat und Salz würzen. Mit einem Spätzlehobel Spätzle ins siedende Wasser hobeln und kurz aufkochen lassen. Etwas ziehen lassen, in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.

Stangensellerie und Fenchel waschen und in feine Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, Petersilie waschen und fein hacken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Gemüse und Zwiebelringe darin bissfest schmoren. Spätzle beifügen, durchrühren und etwas anrösten. Petersilie darunter mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Dinkelspätzle mit Parmesan bestreuen und mit einem bunten Blattsalat servieren.

## Fruchtiger Staudensellerialesalat

### Zutaten für 4 Personen:

1 Staudensellerie, 1 Bd Frühlingszwiebeln, 3 EL Zitronensaft, Salz, schwarzer Pfeffer, 3 EL Olivenöl, 1 EL Honig, 1 reife Birne, 1 Orange, 100 g Gouda

### Zubereitung:

Den Sellerie waschen, trocken schütteln, die Stängel in 1/2 cm dünne Scheibchen schneiden, das Grün grob hacken. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Beides zusammen in eine Schüssel geben.

Den Zitronensaft, 1 knappen TL Salz, 1 gute Prise Pfeffer mit Öl und Honig in einer Schüssel verrühren. Die Birne waschen, nach Belieben schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in feine Spalten schneiden.

Die Orange schälen, vierteln auch in feine Spalten schneiden und mit der Birne zum Sellerie geben. Alles mit dem Dressing vermischen und den Salat abschmecken.

Den Käse in dünne Stäbchen schneiden. Diese untermischen und den Salat servieren.

**Wir wünschen einen guten Appetit**

**Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

---

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich und Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: [bestellung@gaertnerhof-callenberg.de](mailto:bestellung@gaertnerhof-callenberg.de)

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

[www.gaertnerhof-callenberg.de](http://www.gaertnerhof-callenberg.de)

Bankverbindung: GLS Bochum IBAN DE45 430609676007291100 BIC GENODEM1GLS