



Matres Umweltservice - Christine Schöppe

Dorfstraße 38

37345 Silkerode

[www.matres-natur-erleben.de](http://www.matres-natur-erleben.de)

Tel.: 036072/81725

mobil: 0171 – 1 56 51 03

E-Mail: [info@matres-umweltservice.de](mailto:info@matres-umweltservice.de)

---

## Selleriesalat mit Giersch

### Zutaten:

2 EL Sonnenblumenöl

0,2 l saure Sahne

1 EL Honig

1 EL Zitronensaft

1 Hand voll ganz junge Gierschblätter

1 Sellerieknolle

10 g Walnüsse

Öl, Sahne, Honig und Zitronensaft vermischen; mit Salz und Pfeffer abschmecken; die Gierschblätter gründlich waschen und abtropfen lassen; Gierschblätter sehr fein hacken; Sellerie schälen und fein raspeln; Giersch und Sellerie unter die Sauce mischen; Walnüsse grob hacken; Salat mit Walnüssen bestreuen