



REZEPT 23 | VEGETARISCH

SELLERIE-STEAKS

mit Espresso-Balsamico-Lack

Knollensellerie vom Grill kann erstaunlich raffiniert sein: kräftig angegrillt, mit dunklem Espresso-Balsamico-Lack veredelt und mit frischer Kräuter-Crème serviert. Ein vegetarisches Grillgericht mit Tiefe und Charakter.



FÜR
4 Personen



VORBEREITUNG
25 Min.



MARINIEREN
–



GRILLZEIT
10 – 12 Min.



GRILL
Gas, Holzkohle oder Pellet



METHODE
direkt



ZUTATEN:



SELLERIE

- 1 grosse Knollensellerie
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer



ESPRESSO-BALSAMICO-LACK

- 60 ml frisch gebrühter Espresso
- 3 EL Balsamico
- 1 1/2 EL Honig
- 1 EL Sojasauce
- 1 TL Dijon-Senf
- 1/2 TL geräuchertes Paprikapulver



KRÄUTER-CRÈME & TOPPING

- 150 g Crème fraîche
- 100 g Naturjoghurt
- 2 EL fein gehackte Petersilie
- 1 EL fein geschnittener Schnittlauch
- 1 TL Zitronensaft
- 40 g Baumnüsse

ZUBEREITUNG:

- 1 VORBEREITEN:** Knollensellerie schälen und in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden.
- 2 VORGAREN:** In leicht gesalzenem Wasser 15–20 Min. vorgaren. Die Scheiben sollen weich werden, aber gut zusammenhalten. Danach abtropfen lassen.
- 3 LACK KOCHEN:** Espresso, Balsamico, Honig, Sojasauce, Senf und Paprikapulver 5–8 Min. leicht einkochen, bis die Mischung sirupartig wird.
- 4 KRÄUTER-CRÈME:** Crème fraîche und Joghurt verrühren. Petersilie, Schnittlauch und Zitronensaft begeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5 GRILLIEREN:** Selleriescheiben mit Olivenöl bepinseln und über direkter starker Hitze ca. 4 Min. pro Seite grillieren.
- 6 FERTIGSTELLEN:** Mit dem Espresso-Balsamico-Lack bestreichen und nochmals kurz grillieren, bis die Oberfläche glänzt. Mit Kräuter-Crème, Baumnüssen und frischen Kräutern servieren.

TIPPS & TRICKS

- Den Lack erst gegen Ende auftragen – durch den Honig kann er bei zu langer direkter Hitze schnell verbrennen.
- Wer mag, gibt etwas Zitronenabrieb über die Kräuter-Crème.
- Dazu passen gegrilltes Gemüse oder ein knackiger Salat.

EMPFOHLENES EQUIPMENT

- Grill mit direkter Zone
- Kochtopf zum Vorgaren
- Grillzange
- Kleine Pfanne für den Lack



Viel Spass beim Grillen!

Weitere Rezepte und Tipps findest du auf [GRILLONLINE.CH](https://www.grillonline.ch)