

Knolselderijbeleg



Met hazelnoten

Ingrediënten voor circa 10 porties:

- 150 gram knolselderij
- 1 appel
- 70 gram hazelnoten
- 100 gram roomboter
- 1 eetlepel citroensap
- 1 theelepel gemberpoeder
- peper
- zout

Bereiding:

1. Verwarm de oven op 160°C en rooster hierin de hazelnoten in een ovenschaal tot ze lekker ruiken. Laat ze afkoelen en maal ze fijn.
2. Laat de roomboter op kamertemperatuur komen en prak het goed los met een vork.
3. Schil de appel en de knolselderij en rasp ze op een fijne rasp.
4. Vermeng alle ingrediënten met een vork tot het goed vermengd is en een homogene massa is geworden.
5. Goed op smaak brengen met zout, peper en gemberpoeder.

*Heerlijk op brood, boter is dan niet nodig.
Mee naar het werk? Verpak brood en beleg apart.*

Dit broodbeleg is - in een glazen pot met deksel - 3 dagen houdbaar in de koelkast.

Knolselderij

Knolselderij heeft op het land een lange tijd nodig, in maart worden ze gezaaid en in het begin van de herfst geoogst.

Knolselderij is de verdikte wortel van een selderijplant, de knol steekt net boven de grond uit. De plant heeft ook donkergroen aromatisch blad, blad en schil kunnen goed gebruikt worden in groentebouillon.

De knolselderij is verwant aan de groen / bleekselderij, maar de smaak van dit stengelgewas is meer anijsachtig.

Knolselderij bevat naast vitamine C en ijzer, behoorlijk veel natrium, een gerecht met knolselderij heeft daarom weinig extra zout nodig.

Deze stevige, koele herfstknol vraagt om wat tegenwicht van zonnewarmte, dit voegen we toe door middel van kruiden: korianderzaad, venkelzaad, tijm of oregano combineert goed. Ook een combinatie met zaden en / of noten geeft meer evenwicht. Zoals hazelnoten in dit recept.

Knolselderij is van zichzelf een koel gewas, daarom is het voor een goede vertering nodig om er verwarmende kruiden of specerijen aan toe te voegen, zoals in dit recept de gemberwortel.

Een verse selderijknol is op een koele plaats 2-3 weken te bewaren. Eenmaal aangesneden nog 2-3 dagen in de koelkast.