



Vellauer Frischkäse mit gegrillter Sellerieknolle auf Feldsalat

*Formaggio fresco “Vellauer“
con sedano rapa grigliato e valerianella*

Zutaten (für 4 Personen):

300 g Sellerieknolle
100 g Feldsalat
1 Vellauer Frischkäse (ca. 250 g)
einige Cocktailtomaten
Kräutersalz
Olivenöl

Ingredienti (per 4 persone):

300 g di sedano rapa
100 g di valerianella
1 formaggio fresco “Vellauer” (circa 250 g)
pomodorini
sale alle erbe
olio extravergine d’oliva

Zubereitung:

Sellerieknolle schälen und in feine Scheiben hobeln. In einer Pfanne mit wenig Olivenöl auf beiden Seiten grillen. Auskühlen lassen und mit Kräutersalz und Olivenöl würzen. Vellauer Frischkäse in Scheiben schneiden, ebenfalls mit Kräutersalz und Olivenöl würzen. Den Feldsalat auf Teller anrichten, Selleriescheiben und Frischkäse verteilen, mit Cocktailtomaten garnieren und servieren.

Variation:

Anstelle der Sellerieknolle Zucchini grillen und mit dem Vellauer anrichten.

Rezept:

Rita Bernardi, Gesundheitsberaterin
und Kochbuchautorin

Preparazione:

Sbucciate e tagliate il sedano rapa a fettine sottili. Grigliate le fettine su entrambi i lati in padella con poco olio. Lasciate raffreddare e condite con sale alle erbe e olio extravergine d’oliva. Tagliate a fette il formaggio fresco “Vellauer” e condite anche quest’ultimo con sale alle erbe e olio extravergine d’oliva. Preparate il piatto stendendo un letto di valerianella e adagiandovi sopra le fettine di sedano rapa e di formaggio fresco. Guarnite con i pomodorini e servite.

Variante:

Sostituite il sedano rapa con le zucchine grigliate e abbinatelo al formaggio fresco “Vellauer”.

Ricetta:

Rita Bernardi, consulente per la salute
e autrice di libri di cucina