

- [1.: Impressum.](#) |
- [2.: Datenschutzerklärung.](#) |
- [3.: Kontakt.](#)

www.Heimat-schmeckt.de / [Rezepte](#) / [Salate](#)

Sellerie-Kirsch Salat

Zutaten und Zubereitung

300 g Süßkirschen 2 Stangen Staudensellerie 100 g Schmand 1 Esslöffel Zitronensaft 2 Esslöffel Orangensaft 1 Esslöffel Cognac 2 Teelöffel gehackte Petersilie Salz Cayennepfeffer

Kirschen entstielen und entkernen. Die Selleriestangen in Scheibchen schneiden. Aus Schmand, Zitronen- und Orangensaft, Cognac, Petersilie und Gewürzen eine Soße rühren. Kirschen und Sellerie mischen und mit der Soße übergießen.

Unser Tipp

Dazu passen Vollkornbrot und Butter. Kirschen sind Früchte mit hohem Gehalt an Anthocyanen. Diese Farbstoffe gemeinsam mit dem Vitamin C kräftigen das Bindegewebe und straffen die Haut.
