

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

[www.Heimat-schmeckt.de](http://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.

---

Den obigen Artikel versenden  
E-Mail-Adresse des Empfängers:

Ihre E-Mail-Adresse:

Was möchten Sie gerne senden?

- Nur den Link
- Den ganzen Text

Kommentar

Spam-Schutz

Aus Gründen der Sicherheit ist dieses Formular mit einem Schutz gegen unerwünschte E-Mails (Spam) versehen.