Rezept

Kräuterpolenta mit Ofentomaten

Ein Rezept von Kräuterpolenta mit Ofentomaten, am 29.04.2024

Zutaten

1 großer Zweig	Rosmarin
3 Zweige	Thymian
2	Knoblauchzehen
1 l	Gemüsebrühe
	Salz
8	Fleischtomaten (ca. 1,4 kg)
4	getrocknete Tomaten (in Öl)
2 TL	Ahornsirup oder Agavendicksaft
	Salz
1 großer Zweig	Salbei
3 Zweige	Oregano
3 EL	Olivenöl
250 g	Polenta (Maisgrieß)
	Pfeffer
150 g	schwarze Oliven
75 g	Pinienkerne
½ TL	Chiliflocken
3 EL	Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 620 kcal

Zubereitung

1. Für die Polenta die Kräuter abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

2. In einem großen Topf 1 EL Öl erhitzen. Darin Kräuter und Knoblauch andünsten. Die Brühe dazugießen und zum Kochen bringen. Die Polenta mit dem Kochlöffel oder dem Schneebesen zügig einrühren und einmal aufpuffen lassen. Deckel auflegen und die Polenta in ca. 20 Minuten bei schwacher Hitze ausquellen lassen.

3. Eine nicht zu hohe rechteckige Form (z. B. eine kleine Kastenform) kalt ausspülen. Die Polenta mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die Form füllen. Mit einem angefeuchteten Teigspatel glatt streichen, abdecken und in ca. 1 Stunde auskühlen und fest werden lassen.

4. Dann die Tomaten waschen und quer halbieren. Aus den oberen Hälften Stielansätze keilförmig herausschneiden. Die Tomaten mit den Schnittflächen nach oben nebeneinander in eine feuerfeste Form setzen.

5. Backofen auf 220 Grad vorheizen. Das Olivenfleisch von den Steinen abschneiden und fein hacken. Die getrockneten Tomaten kurz abtropfen lassen und klein würfeln. Beides mit Pinienkernen, Ahornsirup oder Agavendicksaft und den Chiliflocken mischen, salzen.

6. Tomaten salzen und mit der Olivenmischung bestreuen, zum Schluss das Olivenöl darüberlaufen lassen. Tomaten im Ofen (Mitte) 30 - 35 Minuten backen, bis die Oberfläche schön gebräunt ist.