

Rezept

Polenta-Nuss-Taler mit Pilzen

Ein Rezept von Polenta-Nuss-Taler mit Pilzen, am 23.04.2024

Zutaten

500 ml Gemüsebrühe	1 Knoblauchzehe
220 g Schnellkoch-Polenta (Maisgrieß) Salz	30 g gemahlene Haselnüsse frisch geriebene Muskatnuss
150 g Feldsalat	250 g Datteltomaten
250 g Champignons oder Austernpilze Salz Aceto balsamico	ca. 100 ml Sonnenblumenöl zum Braten Pfeffer Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 425 kcal

Zubereitung

1. Brühe aufkochen. Knoblauch schälen und dazupressen. Maisgrieß und Nüsse einrieseln lassen und bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. unter Rühren kochen, bis die Masse fest geworden ist. Mit Salz und Muskat würzen. Die Masse 2 cm dick auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und 60 Min. ruhen lassen.
2. Feldsalat verlesen, waschen und trocken schleudern. Tomaten waschen, halbieren und den Stielansatz entfernen. Pilze putzen, trocken abreiben und halbieren bzw. in Scheiben schneiden.
3. Kurz vor dem Servieren 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin 5-6 Min. anbraten, salzen, pfeffern und mit Feldsalat und Tomaten auf Tellern anrichten. Aus der Polenta Taler ausstechen und in einer Pfanne im restlichen Öl portionsweise von beiden Seiten goldbraun braten. Auf dem Salat anrichten. Mit Essig und Olivenöl beträufeln und mit Salz und grob gemahlenem Pfeffer würzen.