

Rezept

# Tomatenfleisch mit Polenta-Haube

Ein Rezept von Tomatenfleisch mit Polenta-Haube, am 19.04.2024

## Zutaten

<b>200 g</b> Instant-Polenta (Maisgrieß)	Salz
<b>3-4 EL</b> Pesto	<b>2</b> Zwiebeln
<b>2 EL</b> Olivenöl	<b>500 g</b> Rinderhackfleisch
Pfeffer	<b>1 Dose</b> gehackte Tomaten (400 g)
<b>3 EL</b> Pinienkerne	hohe ofenfeste Form

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal

## Zubereitung

1. 800 ml Wasser in einem Topf aufkochen. Polenta, Salz und dann das Pesto einrühren. Alles erneut aufkochen, dann bei schwacher Hitze 10 Min. köcheln lassen.
2. Inzwischen die Zwiebeln schälen und würfeln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin leicht anbraten. Das Hackfleisch dazugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten einrühren und alles 5 Min. kochen lassen.
3. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Hälfte der Polenta in die Form geben und darin glatt streichen.
4. Das Tomaten-Hackfleisch daraufgeben, dann die restliche Polenta einschichten und mit den Pinienkernen bestreuen. Alles im vorgeheizten Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen.