

Rezept

Butterkohlrabi mit Polentaschnitten und krossem Speck

Ein Rezept von Butterkohlrabi mit Polentaschnitten und krossem Speck, am 26.04.2024

Zutaten

1/4 l Milch	Salz
Muskatnuss	150 g Instant-Polenta
3 EL Parmesan	2 große Kohlrabi (insgesamt ca. 1 kg)
4 EL Butter	2 EL Olivenöl
8 Scheiben Frühstücksspeck	1 kleine Kastenform (20 x 0 cm)
Frischhaltefolie	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 465 kcal

Zubereitung

1. Die Milch mit ¼ l Wasser aufkochen, mit Salz und Muskat würzen. Den Maisgrieß mit einem Schneebesen unterrühren und die Polenta bei geringer Hitze zugedeckt 5 Min. quellen lassen, dann den Parmesan unterrühren. Die Kastenform mit Frischhaltefolie auskleiden, Polenta einfüllen, glatt streichen und mindestens 1 Std. kalt stellen.
2. Dann die Kohlrabi schälen, kleine Blätter abzupfen und beiseitelegen. Kohlrabi fein reiben und salzen. Butter in einem Topf schmelzen lassen und die Kohlrabi darin 10 Min. bei mittlerer Hitze dünsten. Die Blätter nach Belieben in Streifen schneiden und gegen Ende der Garzeit unter den Kohlrabi mischen. Mit Salz abschmecken.
3. Polenta aus der Form nehmen und die Folie abziehen. Die Polenta in acht oder zwölf Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Speckscheiben darin bei mittlerer Hitze knusprig braun braten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Polentascheiben in derselben Pfanne 4 Min. braten, dabei einmal wenden. Speck auf die Polentascheiben legen und mit dem Kohlrabi anrichten.