

Rezept

# Gebratener Halloumi mit Polenta

Ein Rezept von Gebratener Halloumi mit Polenta, am 21.05.2025

## Zutaten

### Für die Polenta:

2	Lorbeerblätter	250 g	Instant-Polenta
40 g	Butter		schwarzer Pfeffer
	geriebene Muskatnuss		

### Außerdem:

250 g	Heidelbeeren	3-4 Stängel	Minze
3-4 Stängel	Koriandergrün	5 EL	Olivenöl
3 EL	Zitronensaft	2 EL	flüssiger milder Honig
½ TL	Piment d'Espelette		Salz
250 g	Halloumi		

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 665 kcal

## Zubereitung

1. Für die Polenta 1 l Wasser, 1 TL Salz und die Lorbeerblätter aufkochen. Die Polenta einrühren und unter Rühren 5 Min. bei kleiner Hitze kochen lassen. Den Topf von der Herdplatte ziehen und die Polenta ca. 5 Min. ausquellen lassen. Die Lorbeerblätter herausnehmen, die Butter unterrühren und die Polenta mit Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Zugedeckt warm halten.
2. Die Heidelbeeren waschen und abtropfen lassen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen streifen und fein hacken. 3 EL Olivenöl mit Zitronensaft, Honig, Piment d'Espelette, 1 Prise Salz und den Kräutern verrühren. Dann mit den Heidelbeeren mischen und bis zum Servieren marinieren.
3. Den Halloumi trocken tupfen und in 1 cm breite Scheiben schneiden. In einer Grillpfanne oder einer beschichteten Pfanne die übrigen 2 EL Olivenöl erhitzen. Die Halloumi-Scheiben darin von beiden Seiten in je 1-2 Min. goldbraun braten.
4. Die Polenta kräftig durchrühren und auf Tellern anrichten. Den Halloumi und die marinierten Heidelbeeren daraufgeben.