

## Rezept

# Geröstete Polenta

Ein Rezept von Geröstete Polenta, am 15.12.2025

## Zutaten

<b>1</b>	kleine Zwiebel	<b>3 EL</b>	Olivenöl
<b>120 g</b>	Instant-Polenta	<b>1</b>	Ei (Größe L)
<b>80 g</b>	Mascarpone	<b>50 g</b>	frisch geriebener Parmesan
	Salz		Pfeffer
	Muskatnuss, frisch gerieben	<b>1 EL</b>	Butter

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

## Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in 1 EL Öl glasig braten. 1/4 l Wasser dazugießen und einmal aufkochen. Polenta einrühren und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 5 Min. mehr quellen als kochen lassen, ab und zu umrühren.
2. Das Ei trennen. Eigelb, Mascarpone und Parmesan unter die Polenta rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, etwas abkühlen lassen. Das Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen, unter die Polenta heben. Die Masse 1 cm dick auf ein feuchtes Brett streichen, in ca. 2 Std. kalt und fest werden lassen.
3. Dann Polenta in Rechtecke schneiden. Übriges Öl und die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Polentastücke darin bei mittlerer Hitze in 4-5 Min. pro Seite goldbraun rösten.