

Rezept

Gratinierte Polenta mit Bärlauchpesto

Ein Rezept von Gratinierte Polenta mit Bärlauchpesto, am 18.12.2025

Zutaten

2 EL Butter	Salz
1 Knoblauchzehe	160 g Instant-Polenta
Pfeffer	500 g Brokkoli
300 ml Gemüsebrühe	1 Bio-Zitrone
2 TL Honig	200 g Cocktailtomaten
200 g Mini-Mozzarellakugeln	50 g Bärlauchpesto (ohne Parmesan)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 325 kcal

Zubereitung

1. In einem Topf 600 ml Wasser mit 1 EL Butter und Salz aufkochen. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Die Polenta einrieseln lassen und ca. 2 Min. rühren, bis die Masse dick und cremig ist. Mit Pfeffer würzen, dann die Polentamasse in die Auflaufform füllen und glatt streichen.
2. Brokkoli putzen und waschen. Die Röschen abschneiden, Stiel und Röschen in dünne Scheiben schneiden. Die Gemüsebrühe mit der restlichen Butter in einem Topf zum Kochen bringen, den Brokkoli hinzufügen und zugedeckt bei mittlerer Hitze in 3-4 Min. bissfest garen, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
3. Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Die Zitrone heiß waschen und in Scheiben schneiden, die Endstücke und Kerne entfernen. Die Zitronenscheiben zusammen mit dem Honig in einer Pfanne erhitzen und von beiden Seiten karamellisieren, bis sie leicht gebräunt sind. Die Tomaten waschen und halbieren.
4. Brokkoli, Tomaten und Zitronenscheiben auf der Polenta verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mozzarella abtropfen lassen, in Scheiben schneiden und darauf verteilen. Pesto ungleichmäßig darüberträufeln. Das Gratin im heißen Backofen (Mitte) 15-20 Min. überbacken, in vier Portionen teilen, diese auf Teller heben und servieren.