Rezept

Polenta-Schnitten

Ein Rezept von Polenta-Schnitten, am 12.10.2024

Zutaten

1 ½ TL	Salz
2 EL	geriebener Parmesan oder anderer Hartkäse
	Pfeffer
1 EL	Olivenöl
125 g	Polenta (feiner Maisgrieß)
2 TL	Butter
	frisch geriebene Muskatnuss

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal

Zubereitung

1. Während des Kochens bleibt wenig Zeit: Stelle alles, was Du brauchst, vorbereitet neben den Herd - dann geht‘s los!

2. 500 ml Wasser und das Salz aufkochen. Den Maisgrieß einrieseln lassen, dabei mit dem Holzlöffel fleißig rühren.

3. Nun alles aufkochen, dabei weiterhin rühren. Der Polentabrei soll einmal aufwallen. Dann die Hitze zurückschalten. Polenta zugedeckt nach Packungsangabe in 5 - 15 Min. ausquellen lassen. Wichtig: Unbedingt auf die Packung gucken! Je nach Körnigkeit braucht der Grieß mal mehr, mal weniger Wasser zum Quellen. Auch die Zeit kann variieren.

4. Zum Schluss den geriebenen Parmesan oder einen anderen Hartkäse mit der Butter unter die Polenta-Masse heben. Den fertigen Polentabrei mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, abschmecken und gleich so essen oder…

5. … ein Küchenbrett mit kaltem Wasser abspülen. Die fertige Polenta daraufgeben und mit einem großen, breiten Messer ca. 1,5 cm hoch glattstreichen. Polenta 30 Min. abkühlen und fest werden lassen, dann in gleichmäßige Rauten (ca. 5 x 5 cm) schneiden.

6. In einer beschichteten Pfanne das Öl erhitzen. Die Polenta-Rauten darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite in 2 - 3 Min. knusprig und goldbraun braten, dann pfeffern. Dazu passt wunderbar Tomatensauce und Salat.