

## Rezept

# Polenta mit Radicchio-Chicorée-Gemüse

Ein Rezept von Polenta mit Radicchio-Chicorée-Gemüse, am 29.03.2023

## Zutaten

<b>1</b> Zweig Thymian	<b>3/4 l</b> Milch
<b>2 EL</b> Butter	Salz
frisch geriebene Muskatnuss	<b>120 g</b> Polenta (Maisgrieß)
<b>50 g</b> frisch geriebener Parmesan	<b>1</b> Radicchio (ca. 300 g)
<b>2</b> Stauden Chicorée	<b>2 EL</b> Olivenöl
<b>1 EL</b> Zucker	<b>60 ml</b> Gemüsebrühe
<b>4 EL</b> Sahne	<b>1-2 EL</b> Aceto balsamico

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 435 kcal

## Zubereitung

1. Den Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Mit der Milch und der Butter in einen Topf geben, aufkochen lassen, mit Salz und Muskat würzen. Den Polentagrieß unter Rühren einrieseln lassen. Die Hitze reduzieren und die Polenta bei schwacher Hitze in 15 Min. ausquellen lassen. Anschließend den Parmesan unterrühren.
2. Inzwischen den Radicchio vierteln, vom Strunk befreien, in schmale Spalten schneiden, waschen und trocken schütteln. Chicorée in einzelne Blätter teilen, dabei den Strunk wegschneiden, waschen und trocken schütteln. Die Blätter aufeinanderlegen und quer in 3 cm breite Streifen schneiden.
3. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Chicorée und Radicchio darin bei starker Hitze 2 Min. anbraten, dabei wenden. Zucker darüberstreuen. 1 Min. weiterbraten, dann Brühe und Sahne dazugeben, salzen, pfeffern. Zugedeckt bei schwacher Hitze 4-5 Min. garen. Anschließend mit Essig abschmecken. Die Polenta auf Teller verteilen und das Radicchio-Chicorée-Gemüse daraufgeben.