

Rezept

# Polentanocken mit Zwetschgenkompott

Ein Rezept von Polentanocken mit Zwetschgenkompott, am 19.04.2024

## Zutaten

### FÜR DAS KOMPOTT:

- |                                                                |                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>800 g</b> Zwetschgen                                        | <b>¼ l</b> trockener Rotwein oder ungesüßter roter Fruchtsaft (z. B. Traubensaft) |
| <b>1 Stück</b> Zimtstange (3-4 cm)                             | <b>1</b> Nelke                                                                    |
| <b>60 g</b> Zucker (+ eventuell noch etwas mehr zum Nachsüßen) |                                                                                   |

### FÜR DIE NOCKEN:

- |                                               |                                          |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------|
| <b>1 l</b> Reis- oder Mandeldrink             | <b>80 g</b> brauner Zucker               |
| <b>1 Prise</b> Salz                           | <b>200 g</b> Instant-Polenta (Maisgrieß) |
| <b>50 g</b> gehäutete Mandeln oder Haselnüsse | <b>50 g</b> vegane Margarine             |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 675 kcal

## Zubereitung

1. Fürs Kompott Zwetschgen waschen, halbieren und entsteinen. Wenn die Zwetschgen groß sind, die Hälfte noch mal durchschneiden, sonst ganz lassen.
2. Den Wein oder Saft mit Zimtstange, Nelke und dem Zucker in einem Topf erhitzen und 10 Minuten bei mittlere Hitze sprudelnd kochen lassen. Dann die Zwetschgen dazugeben und zugedeckt nur 2 - 3 Minuten im Sud kochen. Das Kompott in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.
3. Den Topf ausspülen. Für die Nocken den Drink mit 50 g Zucker und dem Salz in dem Topf zum Kochen bringen. Die Polenta einrieseln lassen und mit dem Schneebesen gut unterrühren. Deckel auflegen und die Polenta bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten quellen lassen, bis sie die Flüssigkeit komplett aufgesogen hat. Dann offen auf der abgeschalteten Herdplatte nachquellen und lauwarm werden lassen.
4. Backofen auf 220 Grad vorheizen. Von der Polenta nach und nach mit zwei Esslöffeln Nocken abstechen und nebeneinander in eine feuerfeste Form setzen.
5. Die Mandeln oder Haselnüsse fein hacken, mit übrigem Zucker mischen und auf die Polentanocken streuen. Die Margarine in kleine Stücke schneiden und daraufsetzen. Die Nocken im Ofen (Mitte) ca. 15 Minuten backen, bis sie leicht gebräunt sind.

6. Das Kompott abschmecken und wenn es nötig ist, noch leicht süßen. Die heißen Nocken mit dem kühlen Kompott schmecken lassen.