

Rezept

Polentaschnitten mit Rote-Bete-Zwiebeln

Ein Rezept von Polentaschnitten mit Rote-Bete-Zwiebeln, am 19.04.2024

Zutaten

Salz	600 g	kleine Rote Bete
60 g junger Parmesan am Stück	2	Knoblauchzehen
500 ml Milch	30 g	Butter
150 g Polenta (Maisgrieß)	1	Eigelb
2 rote Zwiebeln	1 Zweig	Rosmarin
8 EL Olivenöl	1 TL	Fenchelsamen
1 TL Zucker	80 ml	roter Portwein (ersatzweise Gemüsebrühe)
150 ml Gemüsebrühe (selbst gemacht oder Instant)		Pfeffer
Backpapier		

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 615 kcal

Zubereitung

1. In einem Topf Wasser aufkochen und salzen. Rote Bete waschen und darin im zugedeckten Topf bei mittlerer Hitze in 30 - 45 Min. bissfest garen.
2. Inzwischen für die Polenta den Parmesan fein reiben. 1 Knoblauchzehe schälen, klein würfeln und zusammen mit Milch und Butter in einen Topf geben. Aufkochen, salzen und pfeffern. Den Grieß langsam mit dem Schneebesen einrühren, dann unter Rühren ca. 2 Min. kochen. Vom Herd nehmen, Parmesan und Eigelb rasch unterrühren. Polenta zwischen zwei Lagen Backpapier ca. 1,5 cm dick ausrollen und in ca. 35 Min. vollständig auskühlen lassen.
3. Rote Bete abgießen und kalt abschrecken, dann pellen und achteln. Die Zwiebeln schälen, längs halbieren und in Spalten schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln.
4. In einer Pfanne 4 EL Öl erhitzen, die Zwiebeln darin ca. 2 Min. dünsten. Rote Bete, Rosmarinzwig und Fenchelsamen dazugeben. Den restlichen Knoblauch schälen und dazupressen, den Zucker darüberstreuen. Alles 1 Min. dünsten, dann mit dem Portwein ablöschen. Aufkochen und die Brühe angießen. Alles offen bei mittlerer Hitze in 6 - 8 Min. dicklich einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.
5. Die abgekühlte Polenta in Rauten oder Dreiecke schneiden. In einer großen Pfanne das übrige Öl erhitzen und die Schnitten darin auf beiden Seiten in je 2 - 3 Min. goldbraun braten. Zusammen mit dem Rote-Bete-Gemüse servieren.