



Rosmarinpolenta mit gebratenen Kräuterseitlingen

Ich werde oft gefragt welche Gerichte schnell und einfach zubereitet werden können, nach einem langen Arbeitstag oder auch dazwischen im Homeoffice. Die Rosmarinpolenta-Taler brauchen etwas Vorbereitungszeit, deshalb empfehle ich sie am Wochenende vorzubereiten. Sie können im Kühlschrank 5 Tage aufbewahrt werden. Die Kräuterseitlinge könnt ihr in wenigen Minuten frisch zubereiten. Die restlichen Polenta-Taler schmecken auch herrlich zu Suppen.

Zutaten für 4 Portionen:

1l Gemüsebrühe (ohne Hefe!!)
250g Maisgrieß (Polenta)
1/2 Knoblauchzehe (wer ihn nicht verträgt, unbedingt weglassen!)
Rosmarin getrocknet
Kräutersalz
Kräuter der Provence
1 Tasse Kräuterseitlinge
Olivenöl
Salz, Pfeffer, Petersilie

Zubereitung:

1l Gemüsebrühe in einem breiten Topf aufkochen. Hitze reduzieren und unter ständigem Rühren den Maisgrieß zugeben. Gepresste Knoblauchzehe, Rosmarin, etwas Kräutersalz und Kräuter der Provence unterrühren. Die Polenta auf einem Backblech ca. 0,5cm dick aufstreichen und fest werden lassen. In Quadrate schneiden oder Taler ausstechen und in etwas Olivenöl auf beiden Seiten anbraten.

Kräuterseitlinge in dünne Scheiben schneiden und in etwas Olivenöl anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie würzen.

Zusatzinfo: Polenta ist Maisgrieß und daher auch glutenfrei. Polenta beruhigt am Abend nach einem stressigen Arbeitstag.