

ORF (Beispielfoto)



Polenta-Kräuter-Rauten mit Eierschwammerl-Tomaten-Ragout und Walnuss-Basilikum-Pesto

Zutaten:

Für die Polenta-Kräuter-Rauten

150 g Maisgrieß
150 ml Gemüsesuppe
150 ml Milch
1 EL Butter
100 g geriebener steirischer Hartkäse
2 EL gehackte Wildkräuter, z. B. Brennnessel, Gundermann, Schafgarbe, Thymian, Schnittlauch oder Petersilie
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
geriebene Muskatnuss
Butterschmalz oder Öl zum Braten

Für das Tomaten-Eierschwammerl-Ragout

150 g frische Eierschwammerl, geputzt; größere Pilze halbiert
100 g Cocktailtomaten
½ kleine Schalotte oder ¼ Zwiebel
1 TL Butter
1 Schuss trockener Weißwein
frische Petersilie, gehackt
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Für das Walnuss-Basilikum-Pesto

1 Handvoll frisches Basilikum
20 g Walnüsse, ohne Fett geröstet
1 Knoblauchzehe
40–50 ml hochwertiges Rapsöl oder mildes Olivenöl
Salz
1 Spritzer frisch gepresster Zitronensaft

Zubereitung:

Polentamasse vorbereiten

Gemüsesuppe in einem kleinen Topf aufkochen. Den Maisgrieß unter ständigem Rühren einrieseln lassen und die Milch dazugeben. Die Hitze reduzieren und die Polenta quellen lassen, bis ein dicker, cremiger Brei entsteht. Den Topf vom Herd nehmen. Butter, geriebenen Käse und die frisch gehackten Kräuter zügig unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken. Die Masse fingerdick auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und bei **180 °C** etwa **20 Minuten** goldbraun backen.

Walnuss-Basilikum-Pesto zubereiten

Basilikum, geröstete Walnüsse, Knoblauch, Öl, Zitronensaft und etwas Salz in einem Mörser oder Blitzhacker zu einem cremigen Pesto verarbeiten. Abschmecken und beiseitestellen.

Polenta-Rauten braten

Die ausgekühlte und feste Polentamasse in gleichmäßige Rauten schneiden. In einer Pfanne Butterschmalz oder Öl erhitzen und die Rauten auf beiden Seiten knusprig braten. Erst wenden, wenn sich eine feste Kruste gebildet hat, damit die Spitzen nicht brechen.

Eierschwammerl-Tomaten-Ragout zubereiten

Eierschwammerl in einer zweiten heißen Pfanne scharf anbraten. Sobald sie Farbe angenommen haben, Schalotten- oder Zwiebelwürfel und Butter dazugeben und kurz mitrösten. Die halbierten Cocktailtomaten hinzufügen, kurz mitschwenken und mit Weißwein ablöschen.

Erst zum Schluss mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie abschmecken, damit die Pilze nicht zu viel Wasser ziehen.

Anrichten

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Die knusprigen Polenta-Kräuter-Rauten auf zwei Teller verteilen. Das heiße Eierschwammerl-Tomaten-Ragout großzügig darauf anrichten und das Walnuss-Basilikum-Pesto darüberträufeln.