Polentasalat mit Kapern und Tomaten

Kategorie: Vorspeise, kalt

Rezept Nr.: 442

Portionen: 6

Zutaten	Mengen		Bemerkungen
Polentamehl	40	Gramm	mit Mehl feiner, glatter als mit Grieß
Rucola	1	Bund	
Kapern	40	Gramm	vorzugsweise in Salz eingelegte
Hühnerbrühe	0,25	Liter	
Thymianzweig	2	Stück	
Lorbeerblatt	1	Stück	klein
Butter	1	TL	
Tomaten	4	Stück	alternativ: getrocknete in Olivenöl
Olivenöl	10	cl	
Knoblauchzehe	3	Stück	klein
Essig	4	EL	Banyuls- oder Sherry-Essig
Basilikum	8	Blätter	
Rosmarin	1	Zweig	
Salz, Pfeffer	0		

Zubereitung

1. Sofern man Hühnerbrühe hat, sie zusammen mit 1 Knoblauchzehe, einem Thymianzweig und einem halben Lorbeerblatt aufkochen, um sie zu aromatisieren. Im anderen Fall die Brühe evtl. gleich mit den Aromaten zubereiten.

2. Das Polentamehl in die heiße Brühe einrühren und so lange quellen lassen bis eine feste Masse entsteht. Die Butter einrühren, mit Salz abschmecken und 2-3 cm hoch auf ein geöltes Blech streichen. Erkalten lassen und vor dem Anrichten in ca. 1/2 cm dicke Scheiben schneiden.

3. In Salz eingelegte Kapern mindestens eine halbe Stunde wässern.

4. Eine Knoblauchzehe klein hacken und zusammen mit 2 cl Olivenöl leicht erwärmen. Die Tomaten abziehen, entkernen, in Würfel schneiden und in das warme Olivenöl legen. Salzen und pfeffern. Statt der frischen eigenen sich auch getrocknete und in Olivenöl eingelegte Tomaten. Sie kann man evtl auch noch etwas aromatisieren mit Knoblauch und Thymian.

5. Die Hälfte der Kapern mit dem restlichen Olivenöl und etwas Knoblauch im Mixer pürieren, durch ein feines Sieb passieren und mit dem Essig vermischen.

6. Anrichten: Auf einem Rucolabett die Tomatenstücke verteilen und mit dem Kapernöl beträufeln. Darüber die Polentascheiben fächerartig anrichten und mit einigen Kapern dekorieren.

© ea für

Notizen

© ea für