



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 78

Polenta-Nocken mit Kräuter der Provence

Zutaten

Für die Sauce:

- 👉 2 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe, gewürfelt
- 1 Zwiebel, gewürfelt
- 2 Tomaten, gewürfelt
- 1 rote Paprika, gewürfelt
- 1 Tasse Rotwein
- 1 EL roter Balsamico
- 👉 ½ TL Schwarzer Pfeffer
- 👉 1 EL Kräuter der Provence
- 👉 ¼ TL Buchenrauchsalz

Für die Nocken:

- 👉 2 EL Olivenöl
- 150 ml Wasser
- 50 ml Sahne
- 👉 1 TL Koriandersaat, gemörsert
- 👉 1 TL Kräuter der Provence
- 👉 ½ TL Schwarzer Pfeffer
- 👉 ½ TL Meersalz
- 100 g Polentagrieß
- 1 Ei

Rezept

Für die Sauce das Öl in einem Topf erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin andünsten. Tomaten und Paprika hinzufügen und nach zwei Minuten mit Rotwein und Balsamico ablöschen. Zehn Minuten köcheln lassen. Mit den Gewürzen abschmecken und kurz mit dem Stabmixer pürieren, so dass die Sauce noch etwas stückig bleibt. In eine ofenfeste Form füllen. Wasser und Sahne mit den Gewürzen aufkochen und den Polentagrieß einrühren. Unter Rühren kochen, bis eine feste Masse entstanden ist. Das Ei unterrühren und abkühlen lassen. Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Mit einem Suppenlöffel Nocken aus der Polenta stechen und auf die Gewürzsauce setzen. Mit Olivenöl beträufeln und 30 Minuten im Ofen backen.

Guten Appetit!