

Italienische Polenta

Für eine Abwechslung im Speiseplan ist die italienische Polenta immer gut. Das leckere Rezept kommt mit wenigen Zutaten aus.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,2 h



Zutaten

0.5 kg	Maisgrieß
200 ml	Olivenöl
50 g	Salz
2.5 l	Wasser

Zubereitung

1. Eine typische Beilage zu Lamm oder Gegrilltem ist die **italienische Polenta**. Wasser mit Salz versetzen und gemeinsam mit Olivenöl aufkochen.
2. Portionsweise Maisgrieß hinschütten und rührend weiter kochen, bis die entstandene Masse sich vom Löffel löst.
3. Eine Schale mit Wasser ausspülen und die Polenta hineingeben. Diese schleunigst stürzen und nach Belieben anschneiden und anrichten.

Tipp

Die italienische Polenta zu Wildgerichten reichen. Mit vorgegarterem Maisgries reduziert sich die Kochzeit; zudem entfällt das ständige Rühren.