Polenta mit Tomatensoße

Ein einfaches Rezept, das auch Kinder gerne mögen: Die Polenta mit Tomatensoße ist preiswert und lecker.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 10 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

1 l	Vollmilch
1 Würfel	Gemüsebrühe
250 g	Maisgrieß
1 Bund	Petersilie
1 Dose	Tomaten
1 Prise	Oregano
1 Prise	Basilikum
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
160 g	Käse (geriebenen)

Zubereitung

1. Für die Polenta mit Tomatensoße Milch in einem Topf erhitzen, Brühwürfel darin auflösen und aufkochen lassen. Nach und nach den Maisgrieß dazugeben und unter ständigem Rühren auf kleiner Flamme köcheln lassen. Vom Herd nehmen und bei geschlossenem Deckel einige Minuten quellen lassen.

2. Währenddessen Tomaten abgießen (Saft auffangen!) und klein schneiden. Tomatenwürfel mit dem Saft in einem Topf erhitzen und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit den getrockneten Kräutern wie Basilikum oder Oregano würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Die Petersilie waschen, trockenschwenken und fein hacken (alternativ: TK-Petersilie verwenden). Den Käse reiben. Petersilie und Käse in die aufgequollene Polenta rühren. Mit

einem kalt abgewaschenen großen Löffel die Polenta portionsweise auf Teller anrichten. Mit Tomatensauce übergießen und servieren.

Tipp

Zur Polenta mit Tomatensoße passt gemischter Salat.