Polenta-Sterz

Von wegen Arme-Leute-Essen - der vielseitige Polenta-Sterz schmeckt als Beilage oder Hauptgericht, das Rezept lässt sich deftig oder süß variieren.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 12,0 h

Gesamtzeit: 12,7 h

Zutaten

250 ml	Milch
3 EL	Zucker
50 g	Polentamehl
1 Prise	Salz
1 TL	Orangenschale
1 TL	Zitronenschalen
3 Blätter	Gelatine
200 ml	Schlagobers
40 g	Staubzucker
2 EL	Butter (für die Förmchen)
2 EL	Kristallzucker (für die Förmchen)

Zubereitung

1. Einen **Polenta-Sterz** kann man auch als gutes Dessert servieren. Für den Sterz Milch aufkochen, Polenta oder Grieß mit Zucker einrühren. Auf kleiner Flamme unterrühren und ca. 4-5 Minuten köcheln lassen. Mit Orangen-und Zitronenschale und Salz abschmecken.

2. Die eingeweichte und ausgedrückte Gelatine in der warmen Polentamasse auflösen und die Masse leicht stocken lassen. In der Zwischenzeit das Obers halbsteif schlagen. Nach und nach Staubzucker unter die Hälfte der Sterzmasse rühren. Anschließend restliches Obers kurz unter die Sterzmasse heben.

3. Die Förmchen mit Butter ausstreichen und mit Kristallzucker bestreuen. Für einige Stunden

oder über Nacht im Kühlschrank kalt stellen.

4. Vor dem Stürzen mit einem scharfen Messer vom Rand lösen oder kurz in heißes Wasser geben, damit die Polenta nicht kaputt wird. Je nach Belieben anrichten und einfach nur genießen.

Tipp

Mit heißen Himbeeren oder Waldbeeren wird der Polenta-Sterz zum einmaligen Dessert.