

## **Sterz**

Früher galt Sterz als Arme-Leute-Essen, doch wegen seines leckeren Geschmacks ist das Rezept heute fester Bestandteil der gesamten österreichischen Küche.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 15 min

Gesamtzeit: 35 min



## Zutaten

130 g	Polentagrieß
400 ml	Wasser (oder Milch)
40 g	Butter
0.5 TL	Salz

## Zubereitung

- 1. Für den Sterz zunächst das Wasser erhitzen und mit der Butter zum Kochen bringen. Salzen und langsam den Polentagrieß dazugeben. Kräftig verrühren und unter ständigem Rühren auf kleiner Flamme 8-12 Minuten köcheln lassen.
- 2. Sterz vom Herd nehmen und zugedeckt einige Minuten quellen lassen. Abkühlen lassen, nach Belieben zuckern und servieren.

## **Tipp**

Süßer Sterz schmeckt zu Milch, Kaffee oder Kakao. Damit der Sterz eine festere Konsistenz bekommt, einfach mehr Polenta in das Wasser einrühren.