

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.