

Maispouarden-Involtini mit Polenta, Grillgemüse

Für zwei Personen

Für das Maispouarden-Involtini:

1 Maispouardenbrust à 250 g	2 Scheiben Parmaschinken	2 Ziegenfrischkäse, à 30 g
2 Eier	1 Bund Rucola	2 Zweige Thymian
100 g Semmelbrösel	50 g Mehl	Öl, Salz, Pfeffer

Für die Polenta:

125 g Polenta	50 g Parmesan	2 EL Butter
300 ml Milch	400 ml Gemüsefond	1 Lorbeerblatt
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse:

6 Mini-Maiskölbchen	1 Zucchini	1 gelbe Paprika
8 Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe	8 schwarze Oliven
4 Zweige Zitronenthymian	1 Zitrone, Saft, Abrieb	1 EL Orangenblütenhonig
50 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Rucola-Butter:

100 g Rucola	80 g weiche Butter	Cayennepfeffer
300 ml neutrales Öl		

Für das Maispouarden-Involtini:

Die Fritteuse auf 160 Grad vorheizen.

Thymian fein hacken. Ziegenfrischkäse mit einer Gabel zerdrücken und den Thymian unterrühren. Mischung mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pouarde plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Ziegenkäse auf dem Fleisch verstreichen und jeweils etwas Rucola in die Mitte geben. Fleisch von der schmalen Seite her aufrollen jedes Röllchen mit einer Scheibe Schinken umwickeln.

Aus Mehl, verquirltem Ei und Semmelbröseln eine Panierstraße bereitstellen. Die Röllchen doppelt panieren.

Involtini im heißen Fett ca. 10 Minuten rundum knusprig ausbacken.

Herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Involtini vor dem Servieren halbieren.

Für die Polenta:

Milch, Fond und Lorbeer aufkochen. Polenta einrieseln und bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten quellen lassen, dabei mehrfach umrühren. Lorbeer aus der Polenta entfernen. Butter und Parmesan unterrühren. Polenta mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Gemüse:

Knoblauch abziehen und pressen. Gemüse waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Das Gemüse mit Knoblauch in einer Grillpfanne bissfest grillen. Zitronensaft mit Honig, Salz und Pfeffer verrühren. Blättchen von Thymianzweigen, Zitronenabrieb und Olivenöl dazugeben. Nachschmecken und das Gemüse mit der Vinaigrette marinieren.

Für die Rucola-Butter:

In einem Topf Öl erhitzen, wenig Rucola darin kurz knusprig frittieren, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Rest Rucola fein hacken, mit Butter vermischen, mit Cayennepfeffer würzen und kaltstellen.

Jan-Timo Bender am 10. September 2024