

Jakobsmuscheln, Pinienkern-Lauch-Polenta, Tomaten-Salsa

Für zwei Personen

Für die Polenta:

250 ml Geflügelfond	250 g Sahne	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Muskatnuss	35 g Pinienkerne
125 g Polenta	50 g Parmesan	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch
Salz	Pfeffer	

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln	3 EL Olivenöl	grobes Meersalz, Pfeffer
------------------	---------------	--------------------------

Für die Salsa:

6 getr. Öl-Tomaten	2 EL feine Kapern	1 Bund Petersilie
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Polenta Geflügelfond mit Sahne, Rosmarin- und Thymianzweig im Ganzen sowie etwas Muskatnuss und Salz und Pfeffer kurz aufkochen.

Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Fondmischung durch ein Sieb in einen feuerfesten Topf gießen. Rosmarinnadeln und Thymianblätter von den Zweigen zupfen und fein hacken. Fondmischung erhitzen und die Polenta einrühren, kurz aufkochen und die Hitze wieder reduzieren. Parmesan reiben. Den Lauch putzen und in feine Würfel schneiden. Lauchwürfel, Pinienkerne, Parmesan, Thymian und Rosmarin unter die Polenta mischen. Polenta im feuerfesten Topf im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene circa 15 Minuten fertig garen.

Für die Salsa Petersilie von den Stielen zupfen und hacken. Kapern und getrocknete Tomaten fein hacken, mit Olivenöl und der Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln darin von beiden Seiten je eine Minute scharf anbraten. Mit Salz und wenig Pfeffer würzen. Die gebratenen Jakobsmuscheln mit Pinienkern-Polenta auf Tellern anrichten, mit Tomaten- Kapern-Salsa garnieren, mit groben Meersalz bestreuen und servieren.

Maria Bostl am 06. Oktober 2016