

Zucchini-Polenta-Türmchen, Calamaretti, Minz-Vinaigrette

Für zwei Personen

Für die Zucchini-Polenta-Türmchen:

200 g Instant-Polenta	1 Zucchini	1 Knoblauchzehe
1 EL Butter	50 g Parmesan	400 ml Gemüsefond
2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die gebackenen Calamaretti:

3 Calamaretti	50 g Paniermehl	300 ml Sonnenblumenöl
Salz		

Für die Limetten-Minz-Vinaigrette:

2 Limetten	1 Bund Minze	2 EL Honig
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Korallenhippe:

1 EL Mehl	3 EL Öl	1 Prise Salz
-----------	---------	--------------

Für die Garnitur: 1 Zweig Minze

Für die Zucchini-Polenta-Türmchen: Den Backofen auf 160 Grad Heißluft vorheizen.

Thymian abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und fein hacken.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen, dann Polenta einrühren, Thymian hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles aufkochen lassen.

Parmesan reiben und hinzugeben, dann die Butter einrühren.

Anschließend die Masse ca. 1 cm dick auf ein mit Backpapier belegtes Backblech streichen und im vorgeheizten Ofen für ca. 20 Minuten backen. Danach mit einem runden Ausstecher Kreise portionieren.

Zucchini waschen, trockentupfen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Knoblauch mit Schale andrücken. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchinischeiben, Rosmarin und Knoblauch hineingeben.

Zucchinischeiben von beiden Seiten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Ausgestochene Polentascheiben mit etwas Vinaigrette bestreichen. Dann Polenta- und Zucchinischeiben abwechselnd zu einem Türmchen stapeln.

Für die gebackenen Calamaretti: Calamaretti ggf. putzen, waschen, trockentupfen und in Ringe schneiden.

In Paniermehl wälzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Calamaretti goldgelb darin ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Vor dem Servieren salzen.

Für die Limetten-Minz-Vinaigrette: Limetten halbieren und den Saft auspressen. Minze abbrausen, trockenwedeln und grob zerkleinern. Limettensaft, Minze, Honig und Olivenöl in einen hohen Mixbecher geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Korallenhippe: Mehl, Öl, Salz und 5 Esslöffel Wasser zu einem glatten Teig verrühren. Eine Pfanne erhitzen, Teig hinzugeben und diesen goldbraun ausbacken.

Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Für die Garnitur: Minze abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Minzblätter als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Stefan Binder am 03. September 2020