

Parmesan-Polenta mit Ratatouille

Für 2 Personen

Für die Polenta:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
300 ml Gemüsebrühe	100 g Polentagrieß	80 g Parmesan
Salz, Pfeffer	2-3 EL Olivenöl	

Für das Ratatouille:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	1 Paprika
1 Zucchini	1 Aubergine	2 Fleischtomaten
1 große Gemüsezwiebel	1 Knoblauchzehe	3 EL Olivenöl
100 ml Weißwein	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
Salz, Pfeffer		

Für die Polenta Schalotte und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Anschließend mit Brühe auffüllen und diese aufkochen. Langsam den Maisgrieß unter Rühren in die kochende Brühe einrieseln lassen. Kurz aufkochen und dann bei milder Hitze und ständigem Rühren die Polenta (ca. 45 Minuten oder ca. 8 Minuten bei Instant-Polenta) ausquellen lassen. 50 g Parmesan fein reiben und unter die Polenta rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Polenta in eine mit Frischhaltefolie ausgelegte Auflaufform geben und erkalten lassen. (Die Polenta kann auch direkt so als Brei serviert werden.) Für das Ratatouille Die Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse auslösen, das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Zucchini, Aubergine und Tomate waschen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel in 1 cm große Stücke, Knoblauch fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Dann die Paprika zugeben, mit anschwitzen und mit Wein ablöschen. Thymian und Rosmarinzweig zugeben und 8 Minuten dünsten. Dann Zucchini und Aubergine mit in den Topf geben. Die Gemüsestücke nahezu weich kochen, dann die Tomaten untermischen. Mit Salz, Pfeffer und 1 EL Olivenöl abschmecken. Die erkaltete Polenta aus der Form kippen und in Rauten schneiden, diese in einer Pfanne mit Olivenöl leicht anbraten. Das Ratatouille auf Tellern anrichten und die gebratenen Polentascheiben obenauf legen. Mit frisch gehobeltem Parmesan bestreut servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 22. September 2011