



Möhren-Polenta mit gebratenem Porree

400g Möhren

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

2 EL Bratöl

500ml Gemüsebrühe

150g Polenta-Grieß

1 Zitrone

Salz, Pfeffer und Estragon

2 Stangen Porree

2 EL Olivenöl

Salz und Pfeffer

schälen und in sehr feine Würfel schneiden.

sowie

schälen und fein würfeln.

in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten- und Knoblauchwürfel darin kurz anbraten. Mit ablöschen.

einrühren und die Möhrenwürfel dazu geben. Bei leichter Hitze für etwa 10 Minuten garen.

waschen, auspressen und die Schale abreiben.

Schale und Saft unter die Polenta rühren. Mit abschmecken.

der Länge nach aufschneiden und gründlich waschen. In etwa fingerlange Stücke schneiden.

in einer Pfanne erhitzen und den Porree darin anbraten. Mit

abschmecken.

Zusammen mit der Möhren-Polenta anrichten.

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

info@biolandhof-agena.de

www.biolandhof-agena.de