



Porree auf Möhren-Polenta

2 Möhren

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

2 EL Brat-Olivenöl

500ml Gemüsebrühe

150g Polenta

1 Zitrone

Salz, Pfeffer, Muskat

2 große Stangen Porree

4 EL Olivenöl

Salz und Pfeffer

schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Für ca. 3 Minuten in Salzwasser garen und abgießen.

schälen und fein würfeln.

schälen und ebenfalls fein würfeln.

in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch- sowie Schalottenwürfel darin kurz andünsten. Mit ablöschen und dann

einrühren. Bei mittlerer Hitze und unter gelegentlichem Rühren für ca. 10 Minuten garen.

auspressen und die Schale abreiben. Zusammen mit den Möhrenwürfeln in die Polenta geben und alles mit

abschmecken.

putzen, waschen und in fingerlange Stücke schneiden.

in einer Pfanne erhitzen und den Porree darin für mindestens 5 Minuten braten. Mit

würzen. Zusammen mit der Polenta anrichten und warm genießen.

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn
04920 / 318

info@biolandhof-agena.de
www.biolandhof-agena.de