

Exotische Polenta

Für 4 Personen:

10 g schwarze, getrocknete chinesische Pilze (Judasohren)
1,2 Liter Wasser, Salz
250 g mittelfeiner Maisgriess
1 Zwiebel, gehackt
1 EL Erdnussöl
15 – 20 Basilikumblätter
1 durchgepresste Knoblauchzehe
6 EL japanische Sojasauce
Salz, Pfeffer

Die Pilze zum Aufquellen in kaltes Wasser legen. Das Wasser für die Polenta mit wenig Salz aufkochen. Den Maisgriess unter Rühren einlaufen lassen. Bei Mittelhitzeiterrühren, bis eine gleichmässige Masse entsteht. Die Pilze abgiessen, halbieren und beifügen. Unter gelegentlichem Rühren weiterkochen (Kochzeit auf der Packung beachten!).

Die Zwiebeln im Öl anziehen lassen. Die Basilikumblätter in Streifen schneiden und 1 - 2 Minuten mitdünsten. Beides mit dem Knoblauch und mit der Sojasauce etwa 3 - 4 Minuten vor Ende der Kochzeit der Polenta beimischen. Gut umrühren, damit die Polenta locker wird. Mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp

- Wer diese Polenta pikant wünscht, kann ½ TL entkernten, kleingewürfelten Peperoncino (scharfe rote Pfefferschote) begeben.