



Polentataler mit Zitronen-Melissen-Dip

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Rezept für: 4 Personen

Bewertung ★★★★★

Zutaten:

125g Polenta Fix (Maisgrieß)
500ml Gemüsesuppe
1 Stk. Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin
3 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer

Dip:

200g Joghurt
Saft 1 unbehandelten Zitrone
1 2 Gurke
2 Stiele Zitronen Melisse

Zubereitung:

Die Knoblauchzehe schälen und anrücken.
Gemüsesuppe mit dem Knoblauch und Salz aufkochen.
Knoblauch entfernen und den Maisgrieß unter Rühren zugeben.
Den Rosmarinzweig waschen trocken schüteln und fein hacken.
Den Rosmarin ganz fein hacken und unter den Grieß rühren.

Bei der Verwendung von Polenta Fix geht das einwickeln auch recht fix.

Sobald eingekühlt die Polenta gleich auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech verteilen und ca. 2 cm dick verstreichen und abkühlen lassen.

Die erhaltene Polenta mithilfe eines Glases oder Ausstechrings Kreise ausstechen.

Jeden Taler mit etwas Öl betrachten und in einer Pfanne 3-5 Min. pro Seite braten.

Die Reste zu einem rechteckigen Schnecken und auch mitbraten.

Für den Dip:

Joghurt mit Zitronensaft verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Gurke waschen fein raspeln und nach Belieben unterheben.

Die fein geraspelte Gurke ausrücken und das Gurkenwasser abschütten.

Die Zitronenmelissenblätter abzupfen waschen und fein hacken.
Dann unter den Dip heben.

Die Polentataler mit dem Joghurt-Melisse-Dip servieren.