

Geschmorte Rotkohlpfanne mit Polenta

Zutaten für 4 Portionen:

1 Kopf Rotkohl – 100 g getrocknete Aprikosen – 2 Äpfel – Salz – Balsamicoessig – Honig – Öl – 250 g Gorgonzola –
Polenta: 400 ml Gemüsebrühe – 400 ml Milch – 120 g Sahne – 170 g Polenta (Maisgrieß) – 1 EL Butter – 2 EL
Pinienkerne

Zubereitung:

- Rotkohl putzen, vierteln, den Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden
- Zusammen mit etwas Salz und 2 EL Essig mit den Händen so lange kneten bis Flüssigkeit austritt. 20 Minuten ziehen lassen
- Äpfel vierteln, entkernen und würfeln, Aprikosen ebenfalls würfeln
- Öl in einer Pfanne erhitzen. Kohl darin kurz anbraten, Aprikosen und Äpfel unterrühren und bei milder Hitze mit Deckel ca. 10 Minuten schoren lassen. Bei Bedarf Wasser zugeben
- Kurz vor Ende der Garzeit Gorgonzola-Stücke auf den Rotkohl legen und in der geschlossenen Pfanne 3-4 Minuten schmelzen lassen
- Mit Salz, Essig und Honig abschmecken
- Für die Polenta Brühe, Milch und Sahne mit etwas Salz aufkochen, Polenta unter Rühren zugeben und bei milder Hitze etwa 2 Minuten köcheln lassen. 1 EL Butter unterrühren und mit Salz abschmecken
- Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und zum Schluss über die Polenta streuen

Wir wünschen guten Appetit!

