



POLETTO

ITALIENS KÜCHE

Sterneköchin **Cornelia Poletto** zeigt in unserer Serie, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



Einfach ausschneiden und sammeln

FOLGE 100 Polenta-Gulasch-Lasagne
mit schwarzen Oliven





Mit einer Palette streicht Cornelia Poletto die Polenta glatt



Auch ohne Anbraten wird das Fleisch wunderbar saftig

Polenta-Gulasch-Lasagne

mit schwarzen Oliven

SCHWIERIGKEITSGRAD: mittel
ZUBEREITUNGSZEIT: ca. 2 1/2 Stunden

Zutaten (für 6 Portionen):

Für die Polenta: 800 ml Hühnerbrühe, 200 g Maisgrieß (mittelfein), 50 g frisch geriebener Parmesankäse, Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, 50 g Butter. **Für das Gulasch:** je 400 g rote und weiße Zwiebeln, 4 EL Olivenöl, einige Zweige Thymian, 2 Knoblauchzehen, 2 EL edelsüßes Paprikapulver, 2 EL Tomatenmark, 1 kg Rindergulasch (am besten aus der Wade oder der Hüfte), Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, 200 ml Rotwein, 400 ml Rindfleischbrühe, 80 g getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt), 80 g schwarze Oliven (ohne Stein, z. B. Taggiasca-Oliven), 3–4 Stiele glatte Petersilie.

- 1** Für die Polenta die Brühe aufkochen, den Maisgrieß unter Rühren einrieseln lassen und nach Packungsanweisung bei geringer Hitze ausquellen lassen. Käse unterrühren und die Polenta mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein Backblech mit Backpapier belegen, den Maisbrei 1–2 cm hoch daraufstreichen, abkühlen und fest werden lassen.
- 2** Für das Gulasch die Zwiebeln schälen und würfeln. In einem Schmortopf das Öl erhitzen und die Zwiebeln darin unter Rühren 10–15 Minuten glasig andünsten. Thymian zugeben. Knoblauch schälen und würfeln. Knoblauch und Paprika zu den Zwiebeln geben, kurz mit andünsten. Tomatenmark unterrühren.
- 3** Das Gulaschfleisch unter den Zwiebel-Paprika-Mix mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Wein ablöschen, etwas einkochen lassen. Die Brühe zufügen, aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 1 1/2 Stunden garen. Zwischendurch umrühren.
- 4** Aus der Polentaplatte 8–12 Kreise ausstechen (oder Rechtecke schneiden). In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Polenta darin von beiden Seiten goldbraun braten.
- 5** Abgetropfte getrocknete Tomaten fein würfeln, Oliven halbieren. Beides unter das Gulasch heben. Abschmecken. Petersilienblätter abzupfen, fein schneiden, unterheben. Gebratene Polenta mit dem Gulasch wie eine Lasagne auf Teller schichten. Nach Wunsch mit Petersilie garnieren und mit Paprika bestäuben.

Pro Portion: ca. 780 kcal, 46 g Eiweiß, 42 g Fett, 39 g Kohlenhydrate

Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto (www.cornelia-poletto.de) verpasst? Unter www.fuersie.de/poletto können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.

Polettos Wein-Tipp



Dirk Pauleweit, Sommelier von Cornelia Poletto, empfiehlt hierzu einen kräftigen italienischen Rotwein: „Der 2007 Anghelos von der Tenuta de Angelis in der Region Marken ist seidig und elegant. Seine Aromenvielfalt aus Pflaume und dunklen Waldfrüchten wird abgerundet durch eine leicht rauchige Note.“ Pro Flasche 16,50 Euro, zu bestellen über fam@poletto.de oder Tel. 0 40/4 80 21 59.

FOTOS: JULIA HOERSCH (4), KATJA ZIMMERMANN (1); PRODUKTION: CHRISTINE GOLLI, MARIANNE ZUNNER; FOODSTYLING: PIO; HAIRSTYLING & MAKE-UP: NATALIE TOMM