



Rosenkohl Polenta Gratin

mit Tomatensoße

• Zutaten:

500 Gramm	<i>Rosenkohl</i>
250 Gramm	<i>Polentagrieß</i>
500 Milliliter	<i>Gemüsebrühe</i>
200 Milliliter	<i>fettarme Milch</i>
3 Esslöffel	<i>Parmesan, frisch gerieben</i>
Pfeffer aus der Mühle, Muskat, Salz	
etwas Butter für die Form	
1 kleine Dose geschälte	<i>Tomaten</i>
1 Esslöffel	<i>Tomatenmark</i>
1 Prise	<i>Zucker</i>
1	<i>Schalotte</i>
1	<i>Knoblauchzehe</i>
1 Esslöffel	<i>Olivenöl</i>
1	<i>Lorbeerblatt</i>

• Zubereitung:

1. Rosenkohl putzen, Stielansatz kreuzweise einschneiden
2. in kochendem Salzwasser ca. 10 - 15 Minuten blanchieren
3. Achtung Garprobe machen, der Rosenkohl darf nicht zu weich werden
4. Abgießen, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen
5. Milch und Brühe aufkochen
6. den Polentagrieß unter Rühren einrieseln und ca. 5 Minuten köcheln
7. dann bei kleinster Hitze in ca. 20 Minuten ausquellenlassen
8. mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken
9. die Polenta in eine gebutterte Auflaufform geben und glattstreichen
10. den Rosenkohl eindrücken und mit Parmesan bestreuen
11. im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 25 Minuten überbacken
12. für die Tomatensoße Schalotte und Knoblauch schälen, hacken und in heißem Olivenöl anschwitzen
13. Lorbeerblatt und Tomaten mit dem Saft zugeben
14. Tomaten mit einem Messer im Topf grob zerkleinern
15. Tomatenmark zugeben
16. mit Salz Zucker und Pfeffer würzen
17. ca. 15 Minuten offen köcheln lassen
18. den Polentagratin aus dem Backofen nehmen und mit der heißen Soße servieren
19. je nach Geschmack kann man die Polenta noch mit gerösteten Mandeln oder gebratenen Speckwürfeln bestreuen