



Zitronen-Polenta mit Austernpilzen und Speck-Chips



20-30min



2 Personen

Wir lieben diese herzhaft-frische Kombination aus knusprigem Speck und zitroniger Polenta! Eine sämige Sauce aus Pilzen, Jungzwiebeln und Crème fraîche rundet das Gericht noch perfekt ab. Polenta ist übrigens ein toller Eiweiß-Lieferant und schmeckt dabei auch noch super. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- frische Austernpilze
- unbehandelte Zitrone
- Crème fraîche ⁷
- Knoblauchzehe
- Jungzwiebel
- Bauchspeck
- Polenta
- Tante Mizzis Bratengewürz

Was du zu Hause benötigst

- Butter ⁷
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 770.0kcal, Fett 33.2g, Eiweiß 26.4g, Kohlenhydrate 85.1g



1. Pilze vorbereiten

Austernpilze mit einem feuchten Küchenpapier putzen, dann in ca. 2cm dicke Streifen schneiden.



4. Pilze braten

Die Speckpfanne nun auf hohe Stufe erhitzen. Die **Pilze** und **Jungzwiebeln** mit dem **Knoblauch** und 1EL **Mizzis Bratengewürz** für ca. 2-3 Min. im Speck-Fett scharf anbraten. Zum Schluss die **Crème fraîche** hineinrühren, alles salzen und pfeffern, dann warm beiseitestellen.



2. Gemüse schneiden

Die Enden der **Jungzwiebeln** abschneiden. Den Rest in schräge ca. 1,5cm lange Röllchen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheiben schneiden. Schale der **Zitrone** abreiben, den Saft auspressen.



5. Polenta zubereiten

Sobald das Wasser kocht, die **Polenta** hineinrieseln lassen und gut umrühren. Nur ca. 2-3Min. köcheln lassen, dann vom Herd nehmen. 2TL **Zitronenschale**, 1TL Butter und 1EL **Zitronensaft** unterrühren, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken und ca. 5-8Min. quellen lassen.



3. Speck braten

Eine große Pfanne auf mittelhohe Stufe erhitzen. Die **Speckstreifen** darin ca. 3-4 Min. knusprig braten, anschließend die Streifen auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Währenddessen in einem mittelgroßen Topf 600ml leicht gesalzenes Wasser für die **Polenta** aufkochen.



6. Fertigstellen

Polenta auf die Teller geben, anschließend die **Pilze** darauf verteilen. Den **Speck** mit den Fingern grob darüber zerbröseln.