



OFENGEBACKENES WINTERGEMÜSE AUF PARMESAN-KRÄUTER-POLENTA



Für 4 Personen

FÜR DAS GEMÜSE:

2 kleine Rote Beten
4 bunte Karotten
1 Petersilienwurzel
1 Pastinake
ca. 500 g Hokkaido-Kürbis
ca. 200 g kleine Kartoffeln
(z.B. Drillinge)
1 Lauch
2 rote Zwiebeln
4 Zweige Rosmarin
4 Zweige Thymian

FÜR DIE MARINADE:

2 EL Honig
4 EL Rotwein
6 EL Olivenöl
4 EL weißer Balsamico
1 Knoblauchzehe
100 g Rosinen
½ TL Fenchelsamen
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 180 °C CircoTherm® Heißluft vorheizen. Rote Beten waschen, schälen und in dünne Spalten schneiden. Karotten, Petersilienwurzel und Pastinake waschen, schälen und längs halbieren bzw. vierteln. Kürbis und Kartoffeln gründlich waschen und mit Schale in Stücke schneiden bzw. halbieren. Lauch putzen und in etwa 2 cm dicke Ringe schneiden. Zwiebeln schälen und ebenfalls in Ringe schneiden.

Honig, Wein, Öl und Balsamico zu einer Marinade vermengen. Knoblauch schälen und fein hacken. Zusammen mit den Rosinen und den Fenchelsamen zur Marinade geben und vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gemüse auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Mit der Marinade übergießen. Rosmarin und Thymian waschen, trockenschütteln und ebenfalls auf dem Gemüse verteilen.

Im vorgeheizten Backofen (Mitte) bei 180 °C und mittlerer Dampfzugabe 40-50 Minuten backen, bis das Gemüse gar ist.



WINTERGEMÜSE AUF PARMESAN-KRÄUTER-POLENTA

FÜR DIE POLENTA:

1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
1 Zweig Salbei, plus etwas mehr
zum Garnieren
30 g Butter
800 ml Gemüsebrühe
200 g Instant-Polenta
50 g geriebener Parmesan, plus
etwas mehr zum Bestreuen
Salz, Pfeffer
50 g Mandelblättchen

ZUBEREITUNG

Für die Polenta Kräuter waschen, trockenschütteln, von den harten Stielen abzupfen und grob hacken. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Kräuter darin kurz anbraten.

Die Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen. Kräuter samt Butter zugeben und die Polenta langsam einrühren. Hitze reduzieren und etwa 2 Minuten unter ständigem Rühren zu einem dicken Brei kochen. Vom Herd nehmen, Parmesan einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Polenta und Gemüse auf Tellern verteilen und mit Mandeln, etwas Parmesan und Salbei bestreut servieren.