

CREMIGE PARMESAN-POLENTA

MIT CATALOGNA, PAK CHOI & PISTAZIEN



ZUTATEN

1 Bund Catalogna
1 Pak Choi
180 g Polenta
700 ml Gemüsebrühe
40 g Parmesan
1 EL Butter
1-2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
30 g Pistazien, ungesalzen
½ Zitrone
Salz & Pfeffer
für ca. 2-3 Portionen

ZUBEREITUNG

Polenta nach Packungsanleitung in der Gemüsebrühe cremig kochen. Zum Schluss Butter und Parmesan unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Catalogna grob schneiden, dabei die kräftigeren Stiele etwas feiner schneiden. Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, zuerst die Stiele und anschließend die Blätter dazugeben. **5-7 Minuten** braten, bis die Catalogna weich wird, aber noch etwas Struktur hat.

Pak Choi längs vierteln und in einer heißen Pfanne mit etwas Olivenöl kräftig anbraten, sodass schöne Röstaromen entstehen und er innen noch knackig bleibt.

Polenta auf Teller geben, Catalogna und Pak Choi darauf anrichten. Mit gerösteten, grob gehackten Pistazien, etwas Parmesan und wenig Zitronenabrieb oder Zitronensaft abschließen.