

Italienische Rezepte

Schweinesteak Mit Käse Polenta

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fleisch, Italien, Braten, Hauptgerichte

200 g	Ziegenschnittkäse		Einige Stängel Basilikum
200 ml	Milch	1	Essl. Balsamico-Essig (evtl. mehr)
	Salz	1	Essl. Olivenöl (evtl. mehr)
	Ger. Muskatnuss		Pfeffer
250 g	Instant Polenta	4	Schweine-Nackensteaks
5	Tomaten		(à 160 g)
1	Knoblauchzehe	Öl	zum Braten

1. 150 g Käse fein reiben, den Rest mit einem Sparschäler in dünne Späne hobeln. In einem hohen Topf 600 ml Wasser und die Milch aufkochen. Mit Salz und Muskat würzen. Polenta und geriebenen Käse einrühren, aufkochen, dann 1 cm hoch auf ein feuchtes Brett streichen oder in eine flache Porzellanschale füllen, glatt streichen. Abkühlen lassen.

2. Inzwischen Tomaten 1/2 Minute in kochendes Wasser legen, häuten, vierteln, entkernen, klein würfeln. Knoblauch abziehen, durchpressen. Basilikum waschen, Blättchen fein hacken. Tomaten mit Knoblauch, Basilikum, Essig, Öl, Salz und Pfeffer würzen.

3. Steaks waschen, trocken tupfen, pfeffern. In heissem Öl auf jeder Seite 4 - 5 Minuten braten, salzen. Polenta auf die Größe der Steaks zuschneiden. Steaks auf ein Backblech setzen, je 1 Scheibe Polenta darauf legen. Tomaten darauf verteilen und mit übrigen Käsespänen bestreuen. Eventuell zugedeckt beiseite stellen.

4. Kurz vor dem Servieren: Ofen auf höchste Stufe stellen oder Grill einschalten. Steaks 2 - 3 Minuten gratinieren.

Mit Basilikum verziert servieren.

Das Fleisch und die Polenta verwöhnen Zunge und Gaumen. - Guten Appetit -