

Polentastænger med grøntsager

4 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

9 dl vand
3 dl polenta
2 forårsløg
1 rød peberfrugt
1-2 spsk. olie
Salt og sort peber

Beskrivelse

Bring vandet i kog og tilsæt salt. Kom polenta i lidt efter lidt under piskning. Skru ned for varmen og lad polentaen simre i 25-30 minutter til den er tyk og fast. Rør jævnligt i polentaen, så den ikke brænder på.

Skær forårsløg i tynde skiver og peberfrugt i tynde strimler. Svits forårsløg og peberfrugt i olie til de er møre. Tilsæt salt og peber.

Rør lidt olie i polentaen, når den er kogt færdig. Vend grøntsagerne i og smag til med salt. Hæld polentaen i et fad beklædt med bagepapir og lad den stå i 20-30 minutter - eller længere - til den har sat sig. Skær polentaen i tykke stænger. Server dem kolde eller giv dem en hurtig tur i en varm ovn eller på en varm pande