



## Polentasuppe

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.  
Ergibt ca. 8 dl

- 
- 50 g Salsiz, in Stängelchen**
  - 1 Esslöffel Butter**
  - 1 Schalotte, fein gehackt**
  - 1 Knoblauchzehe, gepresst**
  - 1 dl Weisswein**  
(z. B. Riesling x Sylvaner)  
oder Gemüsebouillon
  - 5 dl Gemüsebouillon**
  - 30 g feiner Maisgriess**  
(z. B. Polenta Dorata)
  - 1 dl Rahm, flauzig geschlagen**
  - Salz, Pfeffer, nach Bedarf**
- 

- 1.** Salsiz in einer Bratpfanne ohne Fett knusprig braten, auf Haushaltspapier abtropfen, beiseite stellen.
- 2.** Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotte und Knoblauch dämpfen.

**3.** Wein dazugießen, aufkochen, ca. 5 Min. köcheln. Bouillon dazugießen, aufkochen. Mais einrühren, unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. köcheln. Zwei Drittel des Rahms darunterrühren, Suppe würzen.

**Servieren:** Suppe in Tellern anrichten, mit restlichem Rahm und Salsiz garnieren.

► **Schneller gehts:** Salsizstängeli auf Haushaltspapier ausbreiten, in der Mikrowelle offen ca. 3 Min. / 850 W rösten.

**Pro Person:** 22 g Fett, 4 g Eiweiss, 8 g Kohlenhydrate, 1003 kJ (240 kcal)