

# Polenta

---

Polenta

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: 20 Min.

Menu: [19.03.2014](#)

Creation [Thomas Brack](#)

Zutaten:

- 8 dl Wasser
- 30 g Gemüsebouillon
- Gespickte Zwiebel (1 Lorbeerblatt/ Nelken)
- 200 g Pramatamais
- Muskat, Pfeffer, Salz
- 100 g Parmesan

Zubereitung:

Wasser mit der Bouillon aufkochen, Mais einrühren.

Die Masse unter öfterem Rühren köcheln lassen, bis zur gewünschten Konsistenz.

Die fertige Polenta mit Muskat, Pfeffer abschmecken und den geriebenen Parmesan untermischen.