Miso-Polenta mit Stroganoff-Pilzen

Lecker

ZUBEREITUNG

Die Pilze säubern und in etwa 3 bis 5 mm dicke Streifen schneiden. Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. In einem kleinen Topf Milch und Wasser aufkochen und Misopaste einrühren. Die Pfanne auf dem Herd platzieren, 3 EL Pflanzenöl darin erhitzen und die Pilze samt Knoblauch hineingeben. Alles etwa 6-8 Minuten anrösten und gelegentlich umrühren. In der Zwischenzeit den Maisgrieß in das Milch-Wasser-Mischung rühren, Temperatur halbieren und unter Rühren die Miso-Polenta zehn Minuten leicht köcheln lassen.

Die Pilze in der Pfanne mit Sojasauce, Mirin und Reisessig ablöschen, kurz einkochen lassen, dann Sahne dazugießen und köcheln lassen. Frühlingszwiebeln und Cornichons in dünne Scheiben schneiden. Die Cornichonscheiben in die Pilzsauce geben. Butter und geriebenen Parmesan unter die Polentamasse rühren und mit Salz abschmecken.

Zum Servieren nun Polenta auf Teller verteilen. Darauf die Pilzsauce geben und mit Frühlingszwiebelscheiben sowie geröstete Sesamsaat dekorieren.

ZUTATEN

Für die Polenta:
120 g Maisgrieß
400 ml Milch
400 ml Wasser
1 EL Misopaste
2 EL Butter
60 g Parmesan, gerieben
Salz

Für die Pilzsauce:
300 g Shiitakepilze
200 g Austernseitlinge
2 Knoblauchzehen
200 ml Sahne
2 EL Sojasauce
2 EL Mirin
1 EL Reisessig
2 Frühlingszwiebeln
2 Cornichons
1 EL weiße Sesamsaat, geröstet
3 EL Pflanzenöl

UTENSILIEN

Schneidebrett, Messer, große Pfanne, kleiner Topf, Schneebesen