

die Ebenrainköchin empfiehlt...

Maispizza



Monatsmenü August 2019 / 4 Personen

8 dl	Wasser	aufkochen
1 KL	Salz	würzen
200 g	Maisgriess	einrühren, auf kleiner Stufe 15-20 Minuten weichkochen

Polenta noch warm auf ein eingefettetes oder mit Backpapier belegtes Blech oder in eine Gratinform geben
flach streichen (1-1.5cm dick)
auskühlen lassen

Belag nach Belieben

200 g	Tomatensauce oder	
4	Frische Tomaten, in Scheiben	mit Gemüsestücken (evtl. vorgekocht), Schinken, Oliven, etc. belegen wie eine Pizza
	Pfeffer, Oregano	würzen
		im vorgeheizten Ofen bei 220 °C 20-30 Minuten backen

Die Ebenrainköchin wünscht "en Guete".

ErnährungPlus
mehr als essen und trinken