



Polenta-Gnocchi mit Zucchini an Peperonirahm

Bei uns sind vor allem die aus hellem Weizengries zubereiteten Griessschnitten beliebt, die in Italien auch Gnoccho alla romana heissen. Kochbuchautorin Annemarie Wildeisen zeigt, wie man Gnocchi auch mit feinem Maisgriess zubereitet. Dafür kocht man den Maisgriess zu einer sehr dicken Masse, sticht davon Nocken ab und überbackt diese zusammen mit gerösteten Zucchettiwürfeln an einer Peperonisauce. Die Peperoni werden dafür mit dem Sparschäler geschält; durch das Entfernen der papierdünnen, aber zähen Haut werden sie nicht leichter verdaulich, sondern schmecken auch besonders aromatisch.

Für 4-5 Personen

Gnocchi

- 300 ml Milch
- 200 ml Wasser
- 50g Butter
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 150g Maisgriess (feine Polenta)
- 1 Ei
- 75 g geriebener Sbrinz oder Parmesan

Sauce

- 2 mittlere rote Peperoni
- 1 roter Peperoncini
- 1 kleine Zwiebel
- 2–3 Esslöffel Olivenöl
- 300 ml Gemüseboullion
- 150 ml Rahm
- Salz schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zum Überbacken

- 2 mittlere Zucchini
- 2–3 Esslöffel Olivenöl
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 50 g geriebener Sbrinz oder Parmesan

Zubereitung

1. Für die Polenta Milch, Wasser, Butter zusammen mit Salz, Pfeffer und Muskat aufkochen. Den Polentagriess einrieseln lassen und unter häufigem Umrühren mit einer Kelle bei kleiner Hitze etwas 10 Minuten quellen lassen. Dann in eine Schüssel umfüllen. Das Ei verquirlen und mit dem Käse kräftig unter die Polenta rühren.
2. Das Basilikum hacken und ebenfalls unter die Polenta rühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer sowie Muskat abschmecken und abkühlen lassen.
3. Inzwischen für die Sauce die Stiele der Peperoni entfernen und die papierdünne Haut der Schoten mit einem Sparschäler abschälen. Die Peperoni vierteln, Scheidewände und Kerne entfernen, dann die Viertel in Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und hacken.
4. In einem Topf das Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel und den Peperoncino darin 2–3 Minuten dünsten. Dann die Peperoni beifügen und kurz mitdünsten. Bouillon und Rahm dazugiessen und die Peperoni zugedeckt bei mittlerer Hitze 15 Minuten weichkochen.
5. Die Peperoni mitsamt Garflüssigkeit und dem Stabmixer fein pürieren. Nochmals aufkochen und die Sauce mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. In eine grosse Gratinform giessen.
6. Von der Zucchetti den Stielansatz entfernen und die Früchte ungeschält der Länge nach in knapp 1 cm dicke Scheiben, dann in Streifen und diese in kleine Würfel schneiden.
7. In einer Bratpfanne das Öl erhitzen. Die Zucchetti hineingeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 3–4 Minuten kräftig braten, damit sie leicht Farbe annehmen. Auf einen Teller geben.
8. Backofen auf 220 Grad vorheizen.
9. Aus der Polentamasse mit einem Glacelöffel oder 2 grossen Esslöffel, die man immer wieder in Wasser taucht, Nocken abstechen und in die Peperonisauce setzen. Dazwischen und darüber die Zucchetti verteilen. Alles mit Käse bestreuen.
10. Die Polenta-Gnocchi im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Rille 20–25 Minuten überbacken.

Vorbereiten

Die Gnocchi können bis aufs Überbacken bereits am Vortag zubereitet werden. Kommen sie direkt aus dem Kühlschrank, den kalten Ofen schieben und die Backzeit um 10 Minuten verlängern.

Weniger/mehr Gäste

2–3 Gäste: Zutaten halbieren, jedoch 1 ganzes kleines Ei verwenden.

Für 3 hungrige Esser eventuell Rezept in 2/3 Menge zubereiten, dabei 2 grosse Peperoni und 2 kleine Zucchetti verwenden.

Mehr Gäste: Rezept 1 1/2-facher oder doppelter Menge zubereiten

Aus dem Buch: «Gemeinsam am Tisch», Annemarie Wildeisen, AT Verlag

Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>