

EMPANADAS
& CO



maiz y mas

*Ribelmais-Poularden-
Empanadas mit Ribelmaispolenta,
Mayonnaise und Kerbelöl*

maiz y mas

Ribelmais-Poularden-Empanadas mit Ribelmaispolenta, Mayonnaise und Kerbelöl

EMPANADAS
& CO


thomas
bissegger
swiss-culinary-artist




Ribelmaispolenta

- 30g Zwiebeln, gewaschen, fein gehackt
- 1st Knoblauchzehe, geschält fein gerieben
- 1cl Olivenöl
- 200cl Gemüsefond
- 50g Ribelmais, feinkörnig
- 20g Parmesan gerieben
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl andünsten und mit dem Gemüsefond auffüllen, aufkochen und den Ribelmais einrieseln lassen. Einmal aufkochen und danach 30min. auf leichter Stufe ziehen lassen. Parmesan dazugeben und gut abschmecken. Die Polenta danach warm halten und in einen Dressierbeutel geben.

Serviervorschlag

- 12st Empanadas mit Ribelmais und Poularde
- 8st Minimais, halbiert mit etwas Salz und Pfeffer gewürzt
- 4st Radiesli, gewaschen, fein gehobelt
- 1st gekochter Maiskolben, in Scheiben geschnitten, leicht gebrochen und mariniert
- 5g Kerbelblätter, gewaschen und gezupft
- 40g Kerbelöl (Rezepte und Tipps auf meiner Website – Infos folgen)

Perfekt ergänzen diese Empanadas sautierter Minimais, Maiskörner und eine frisch zubereitete Mayonnaise, ebenfalls rundet ein grünes Kerbelöl das Gericht optisch und geschmacklich ab. Einige Kerbelblätter sowie geschnittene Radiesli ergänzen dies.

Tipps

Die Empanadas können auch im Ofen bei 180 °C ca. 8min gebacken oder bei 175°C 4 min frittiert werden.

Rezepte sind für 4 Personen

