

Pilz-Ragout auf Parmesan-Polenta

Für 4 Portionen

Für die Polenta:

1 L Gemüsebrühe	250 g Polenta (Maisgrieß)	50 g Parmesan
2 EL Butter	Salz, Pfeffer	

Für das Pilzragout:

500 g gemischte Pilze	1 kl. Zwiebel, gehackt	2 Knoblauchzehen, gehackt
2 EL Olivenöl	100 ml trock. Weißwein	200 ml Gemüsebrühe
100 ml Sahne	1 TL Sojasauce	1 TL Thymian, gehackt
1 EL Petersilie	Salz, Pfeffer	

Gemüsebrühe in einem großen Topf zum Kochen bringen.

Polenta unter ständigem Rühren einrieseln lassen, um Klumpen zu vermeiden.

Polenta bei niedriger Hitze unter regelmäßigem Rühren etwa 15 Minuten köcheln lassen, bis sie cremig ist.

Butter und Parmesan unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten.

Pilze in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze braten, bis sie goldbraun sind.

Weißwein angießen und kurz aufkochen lassen, bis der Alkohol verdampft ist.

Gemüsebrühe, Sahne und Sojasauce einrühren. Mit Thymian würzen und etwa 10 Minuten köcheln lassen.

Mit Salz und Pfeffer final abschmecken.

Polenta auf Teller verteilen, das Pilzragout daraufgeben und mit gehackter Petersilie garnieren.

NN am 26. Januar 2026