



Farina bóna Polentaschnitte · geschmorte Dörrbohnen · Dörrzwetschgen

Rezept von Andi Handke, Babette, Zürich

Zutaten (4 Pers.)

Polentaschnitte

7 dl Wasser, Milch oder Gemüsebrühe

200 g Tessiner Maisgriess

50 g Farina bóna 

20 g Butter

Salz, Pfeffer

Geschmorte Dörrbohnen

100 g Dörrbohnen 

80 g Dörrzwetschgen 

1 St. Zwiebel

4 dl Gemüsebrühe

3 dl Apfelsaft, trüb

Etwas Bohnenkraut

Zubereitung

1. Für die Polentaschnitte Flüssigkeit aufkochen und Maisgriess einrieseln lassen. Anschliessend Farina bóna beigeben, gut abrühren und 30min ziehen lassen.
2. Abschmecken, in eine gebutterte Gratinform geben und kaltstellen. In 2cm dicke Dreiecke schneiden.





Slow Food®

Allianz der Köche

3. Dörrbohnen am besten über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Dörrzwetschgen 15min in heissem Wasser einweichen
4. Eine mittelgrosse Zwiebel fein schneiden und in etwas Öl andünsten. Abschmecken, die Dörrbohnen und Dörrzwetschgen dazu geben und mit der Flüssigkeit auffüllen. Mit Deckel ca. 45 Minuten in dem Ofen schmoren. Ab und zu etwas umrühren.

Zum Servieren:

5. Polentaschnitte kurz in Öl auf beiden Seiten golden anbraten und in einen tiefen Teller legen. Den Bohneneintopf mit viel Flüssigkeit darauf anrichten und mit Petersilie dekorieren.

