



POLENTA MIT AUBERGINEN-vegi-HACKFLEISCH-RAGOUT

von Linus Ackermann

Mengen für 10 Personen

Quelle: <https://fooby.ch/de/rezepte/21680/polenta-mit-auberginen-hackfleisch-ragout?menge=15>

8.0 g Zwiebel	Stück
8.0 Stück Knoblauchzehen	
5.0 Stück Auberginen	
200 g Tomatenmark	
2.0 kg Soja Granulat (wie Hack)	!!! Vegi Hack
500 g Bouillion	
500 g Maisgries fein	
500 g Parmesan	

Ragout

Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch kurz anbraten. Aubergine begeben, salzen, ca. 5 Min. rührbraten. Fleisch begeben, ca. 5 Min. mitrührbraten. Hitze reduzieren, Tomatenpüree begeben, kurz mitdämpfen. Wasser dazugiessen, Ragout ca. 5 Min. fertigköcheln.

Polenta

Bouillon aufkochen, Maisgriess einrühren, unter häufigem Rühren bei kleinster Hitze ca. 2 Min. zu einem dicken Brei köcheln. Käse daruntermischen. Polenta mit dem Ragout anrichten.